



BANQUETE DE MEMÓRIAS, CARIAS E RECEITAS







DE:
PARA:



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

De para : banquete de memórias, cartas e receitas /
organização Carmen Garcia ; coordenação Camila
Chagas Aderaldo. -- São Paulo : Museu da Língua
Portuguesa, 2025.

ISBN 978-65-84001-00-8

1. Artes - Exposições - Catálogos 2. Cultura
afro-brasileira 3. Língua portuguesa - Aspectos
sociais - Brasil 4. Museu da Língua Portuguesa (São
Paulo, SP) - Catálogos I. Garcia, Carmen II.
Aderaldo, Camila Chagas.

25-290030

CDD-700.74

Índices para catálogo sistemático:

1. Artes : Catálogos de exposições 700.74
Livia Dias Vaz - Bibliotecária - CRB-8/9638

Ministério da Cultura e
Governo do Estado de São
Paulo, por meio da Secretaria
da Cultura, Economia
e Indústria Criativas,
apresentam

DE PARA

BANQUETE DE MEMÓRIAS, CARTAS E RECEITAS



Museu
da Língua
Portuguesa

Centro de
Referência

Menu

SUMÁRIO

INSTITUCIONAL

12

- 14 Museu da Língua Portuguesa

CONVIDADOS

24

- 26 Pão do Povo da Rua
30 Centro de Inclusão Social pela Arte,
Trabalho e Educação (CISARTE)
34 Ação Social Franciscana (SEFRAS)
ou “Chá do Padre”

ESTE LIVRO FOI ESCRITO EM RODA

Pela organizadora Carmen Garcia

38

COMENSAIS

46

- 48 Cordel, por Sozé
50 A língua que fala é a mesma que come,
por Julia Cavazzini
62 A atitude vem da sociedade civil,
por Carmen Silva
66 Desistir não está nos planos,
por Camila Ribeiro Leite
76 Alimentar bem ou ruim / Década de 1980,
por Kric Cruz
84 A missão do Senhor Marcos,
por Carmen Garcia

Emoções II, por Nanda Ferreira	94
Oi, Amor, por Vera Lucia de Oliveira	95
Lembranças afetivas e Frango com batatas fritas por Michele Ventura	96
Ao meu pai, por José Wilson dos Santos	98
Aos domingos, por Alessandro	99
Oi, mãe, por Alessandra	100
Suspiro I	101
De pra vc, por Leona Butterfly	102
Querido leitor, por Rogério	103
O dia que eu fui promovida e Cuscuz de Flocão, por Iolanda Ferreira do Santos	104
Salada de Maionese, por Iracy	107
Suspiro II	109
Prato Baiano, por Ronny Ribeiro	111
Cortar a couve, por Péle Balero	113
Peixe assado na telha, por Marcos Elisio - Bahiano	116
Tarrafa, por Elcio Simplício Filho	117
Oi, pessoa tudo bem?, por Zilda Rodrigues Soares	118
A Saltenha, por Félix	119
Alimentação, por Sozé	120
Bom dia, por Osmar Rodrigues Costa	122
Peixe: comida preferida, por Djalma	123
Suspiro III	124
Sua filha Rita, para a mãe Laura, por Rita	126
Homenagem que estou fazendo para você, por Rita	127
Oi, vó Celeste, por Helena	128

- 129 Boa tarde, mãe, por Miriam Regina de Oliveira Lobo
- 130 Oi, menina Zana, por Zana Nascimento dos Santos
- 132 Suspiro IV
- 134 Receita do Bacalhau com Quiabo da Dona Benigna,
por Zana Nascimento dos Santos
- 136 Feijoadade domingo, por Marcus Vinícius Alves dos Santos
- 138 Receita de Nhoque, por Nanci
- 140 Hola mi reina hermosa, por Yeraldin Lenis
- 141 Nesse DePara do Museu é Interessante e Receita de Crepioca,
por Andreia Oliveira Costa da Silva
- 143 Frango ao molho, por Monique Lohan da Silva Cardoso
- 144 Sancocho Trifásico Colombiano, por Yeraldin Lenis
- 145 Suspiro V
- 146 Maria de Fátima da Silva, por Geraldo
- 147 Oi, estou feliz esta tarde, por Jhovanni Machado Dorantes
- 148 Não para de escrever, por Fabiano Aparecido Gomes
- 149 Emoções I, por Nanda Ferreira
- 150 Minha mãe já partiu, por Luiza Vieira da Silva
- 151 Bom dia, por Edson
- 152 Meu prato, por Renato da Silva Baldassarini
- 154 Egresso, por Maicon Costa de Almeida
- 158 GuetoFluteBox, por Victor GuetoFluteBox
- 160 Ao mesmo tempo que vejo o mundo acabar,
por Winona Alves Corrêa
- 161 Suspiro VI
- 162 Coisas de mamãe, por Lice
- 163 Oi, pai e mãe, bençãos, por Ademar
- 164 Salada de maionese e a farofa de Maria das Graças,
por Carlos Alberto
- 166 Receita Tcheca, por Ahmed Been

Receita de polenta com rabada da Zezé, minha mãe, por Péle Balero	168
Minha receita séria: Pizza Napolitana, por Eliana Badamo	171
Memória da minha infância!, por Izabel Santos	173
Querido cliente e Torta de banana criski da Dona Tita, por Juciara Rodrigues	174
O que desejar <i>versus</i> o que conseguir, por Jacob Augusto	178
Camila, eu quero te agradecer e Macarronada de forno, por Francielle Stephanie	179
O segredo do milho, por Geraldo	181
1 copo de arroz, 2 de água, por José Ferreira Moura	184
Suspiro VII	185
A todos que tiveram oportunidade de dançar..., por Juan	186
De: Raquel presente, Para: Raquel's, por Raquel	188
Ainda quando eu era pequeno, por David Otávio de Moura Silva	190
Sabor de quê?, por Rogério Leandro	192
Eu quero me preencher, por Athena Castelo Branco da Cruz	194

196 — *QUEM FAZ O PROJETO*

200 — *RETRATOS DOS AUTORES*

214 — *FICHA TÉCNICA*







Foto: Julia Zulian

INSTI-



*-TU-
-CIONAL*

BOAS-VINDAS!

Foto: Ana Mello



MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA



O Museu da Língua Portuguesa convida todos a sentar à mesa. Histórias, sentimentos e conhecimentos partilhados por meio da escrita de cartas, dedicados ao tema da alimentação. Se “a palavra é o pão da vida” e com ela alimentamos nossa forma de ser e estar no mundo, também o fazemos para cozinhar e comer, imaginar, criar e compartilhar memórias.

Esse é o espírito desta edição especial do projeto DePara realizado em 2025, o *DePara: banquete de memórias, cartas e receitas*. Concebido em 2023 no âmbito dos preparativos para o I Festival Cultura e Pop Rua, em parceria com a artista Carmen Garcia, o DePara é um projeto que se dedica à escrita de cartas como forma de estabelecer um

espaço de conexão e trocas, onde memórias, palavras e expressões ganham vida não apenas em papel, mas também em cantos, declamações e relatos que mobilizam vivências e saberes.

Nesse movimento, ele consolidou sua natureza transversal, entrelaçando os núcleos do Centro de Referência e de Articulação Social do Museu e relacionando-se com o programa Educativo, de maneira a criar formas de engajamento e interpretação da nossa língua portuguesa e seus usos.

Em 2025, como *DePara: banquete de memórias, cartas e receitas*, encarou o desafio de explorar novos horizontes, agora no âmbito da cozinha, mantendo a mesa como elemento central para reunir pessoas. Em cada linha escrita, as experiências pessoais narram histórias e sentimentos provocados pelo tema da alimentação. No projeto, é possível perceber como a comida é um direito humano e um exercício de dignidade.

O *DePara: banquete de memórias, cartas e receitas* integra a segunda edição do Festival Cultura e Pop Rua e convida pessoas ligadas ao tema das populações em vulnerabilidade social – e, com isso, à alimentação – para contribuir com diferentes perspectivas sobre o tema. Parceiros como o Pão do Povo da Rua, o Sefras – Chá do Padre e o Cisarte abriram suas portas e receberam o projeto de portas e cozinha abertas. A todos, o nosso agradecimento.

Com este projeto, o Museu reafirma seu compromisso com a diversidade da língua portuguesa e a inclusão social.

Foto: João Leoci





Foto: Guilherme Sai



Foto: Ciete Silverio



Foto: Ciete Silverio



Foto: Ciete Silverio





Foto: Guilherme Sai

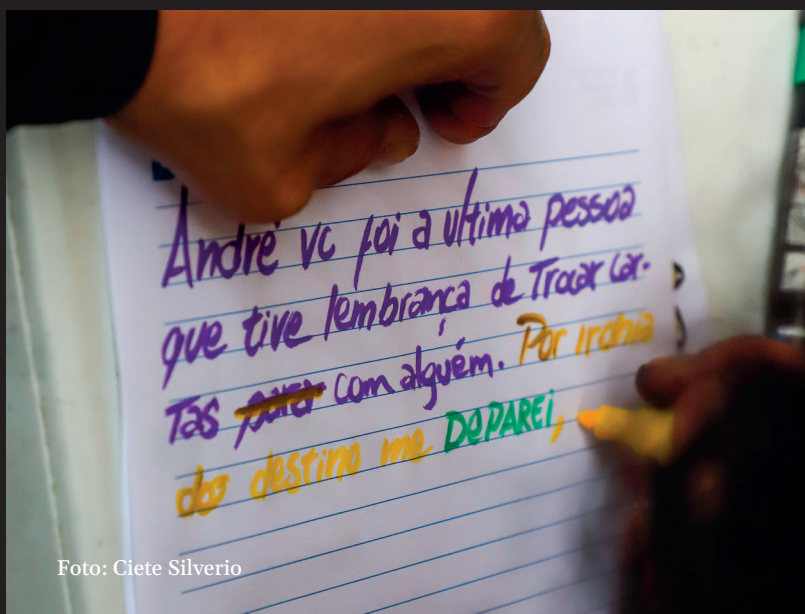


Foto: Ciete Silverio



Oficina DePara

PÉGA
A
VISÃO
AMOR
SÓ
DE
MÃE

Foto: Millena Nascimento



Foto: Wellington Almeida

CONVI-



-DADOS

CONVIDADOS



Foto: Wellington Almeida

PÃO DO POVO DA RUA

Rua Dr. Pedro Arbues, 147 – Bom Retiro, São Paulo
Fundado em 2020



O Pão do Povo da Rua é um projeto social criado pelo Prof. Dr. Ricardo Frugoli durante a pandemia de Covid-19, com o objetivo de combater a fome e promover transformação social por meio da alimentação, acolhimento e capacitação profissional. Diariamente, o Pão distribui gratuitamente setecentos kits de café e mais de seiscentos almoços completos. O projeto tem formação semestral nos cursos de panificação e confeitaria, pelo qual também se oferece suporte psicológico, social e profissional, incentivando a reinserção no mercado de trabalho e a valorização dos talentos individuais. O Pão do Povo utiliza a gastronomia como ferramenta para o fortalecimento da cidadania, a promoção da segurança alimentar e a reconstrução de vidas.

A palavra Sonhos recebe quem chega ao Pão do Povo. Está escrita diretamente na parede, bem grande. A pessoa que nos recebe lá é Mendes, o coordenador. A cozinha mudou a vida dele – e muda diariamente a de muitas pessoas ali, naquele prédio comprido que começa ainda na calçada, onde há pessoas aguardando as refeições, conversando ou descansando. Depois da porta, as mesas do refeitório, a sala de coordenação, a cozinha enorme do térreo. Subindo a escada à direita, vamos para a sala de aula, o refeitório de cima e a outra cozinha. Todos os cômodos têm cheiro de pão quentinho.



Foto: Wellington Almeida



Foto: Wellington Almeida

CONVIDADOS



Foto: Wellington Almeida

CENTRO DE INCLUSÃO SOCIAL PELA ARTE, TRABALHO E EDUCAÇÃO (CISARTE)

Viaduto Pedroso, 111 – Bela Vista, São Paulo
Fundado em 2016



O Cisarte é uma organização sem fins lucrativos que atua na promoção de direitos e no acesso a informações para pessoas em situação de vulnerabilidade social. Dirigido por Darcy da Silva Costa, que também coordena o Movimento Nacional da População de Rua (MNPR). Desenvolve ações integradas nas áreas de alimentação, cultura, saúde, educação, trabalho, assistência social e economia solidária. O espaço abriga estruturas coletivas como cozinha, lavanderia, teatro, biblioteca e cooperativa de reciclagem, oferecendo suporte jurídico, psicológico e odontológico, além de oficinas artísticas, rodas de conversa, formação cidadã e projetos de geração de renda. Valorizando os saberes de seus participantes, o Cisarte promove o cooperativismo popular e incentiva caminhos de autonomia, pertencimento e dignidade.

O espaço está suspenso sobre a avenida 23 de Maio, sob o viaduto Pedroso, é também um espaço no meio do caminho de quem frequenta. Espaço de reerguer-se, cuidar-se, organizar-se. A Luciene, administradora do Centro, nos recebeu cada semana com entusiasmo e respeito.

Foto: Wellington Almeida

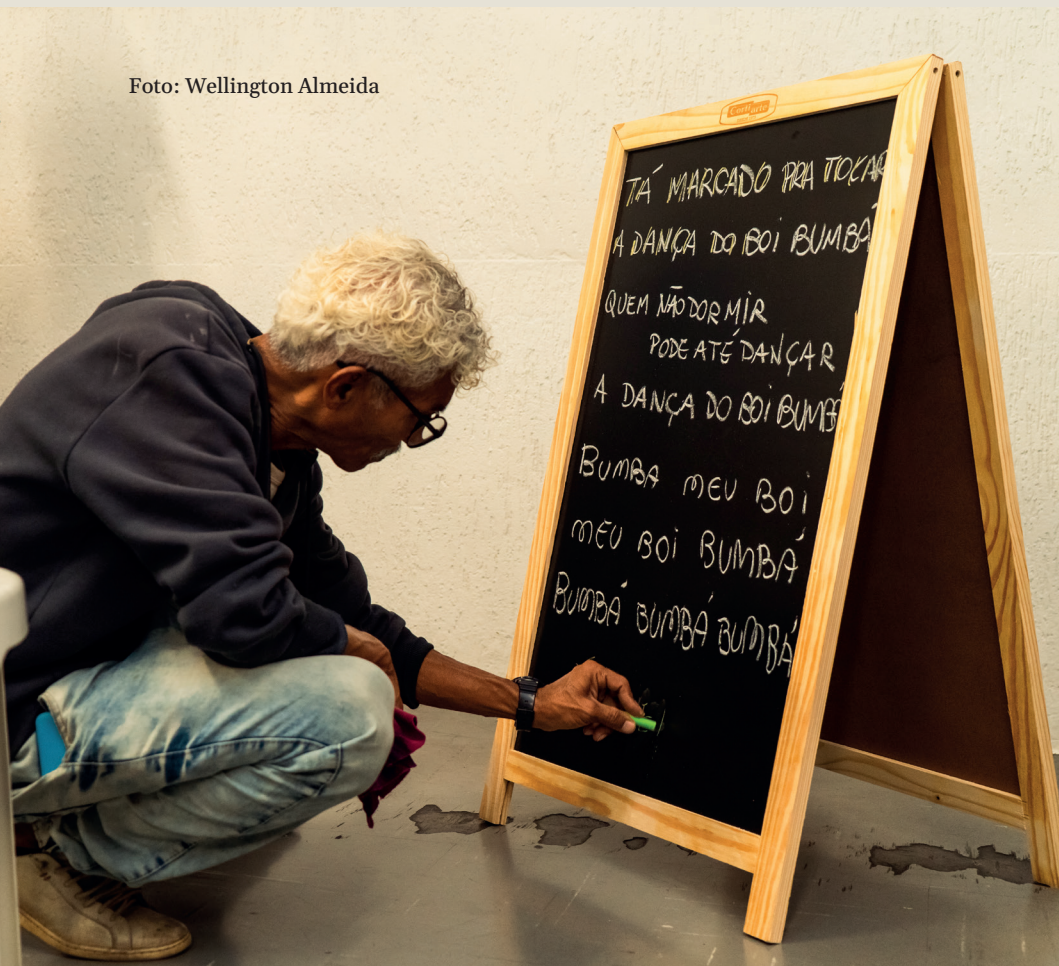


Foto: Wellington Almeida



CONVIDADOS



Foto: Wellington Almeida

AÇÃO SOCIAL FRANCIS- CANA (SEFRAS) OU “CHÁ DO PADRE”

Rua Riachuelo, 268 - Sé, São Paulo
Fundado em 2000

Foto: Wellington Almeida



A Sefras é uma organização social apartidária, orientada pelos princípios de São Francisco. Seu trabalho é guiado pelos valores de acolher, cuidar e defender. O Núcleo de Convivência para Adultos em Situação de Rua, conhecido como Chá do Padre, atende diariamente cerca de setecentas pessoas e oferece suporte social e jurídico, atividades socioeducativas, políticas e culturais, além de incentivar a participação na construção de políticas públicas e em fóruns de discussão voltados a esse segmento da população.

O Chá do Padre recebeu este nome por oferecer chá quente e pão. O espaço central tem um pátio e um palco. A programação inclui fóruns de discussão, formações, apresentações culturais, atendimento jurídico e outras necessidades que vão se apresentando. Quem nos recebe lá é a Bia, assistente social que promove os encontros de convivência e estimula as ações culturais e artísticas.



Foto: Wellington Almeida

Foto: Wellington Almeida





Foto: Wellington Almeida



por Carmen Garcia

Este livro foi escrito em roda. Em encontros regados a xicrinhas de café. Este formato já é conhecido do DePara desde seu surgimento em 2023, todo mundo se vê e se ouve. Desta vez, com a provocação de compartilhar sobre esta mesa os sabores que acompanharam nossas memórias. Nessa escuta frequentamos diferentes infâncias, salivamos ouvindo as delícias de avós, mães, frutas de cidades distantes; receitas, técnicas, os sabores que acompanharam as mudanças de casa, a falta de casa, as muitas comidas, a falta de comida. Este livro foi escrito em roda, como se em um grande banquete ou como se ao redor de uma fogueira onde cada um traz para compartilhar a história do que é.

As histórias envolvem muitas vezes episódios difíceis, mas também muitas risadas, abraços, acolhimentos que se dão com o olhar. No centro da conversa, propostas sobre como o alimento acompanhou esses momentos. Falamos muito sobre a saudade, uma experiência compartilhada. O gosto amargo de ter perdido alguém habita em cada um dos autores e leitores com uma cara diferente.



Foto: Wellington Almeida

Por isso escrevemos tantas receitas, mas também tantas cartas. Um livro é uma plataforma de dizer.

Este livro é um ponto de encontro no percurso de seus autores, que deixam registrada uma parte de sua história. Encontram-se agora avizinados em páginas, embora seus trajetos sejam compostos de deslocamentos de língua muito diversos, às vezes pela língua idioma: espanhol, tcheco, português; às vezes deslocamentos das línguas dentro da língua: dialetos do cárcere, do trecho, da gastronomia, da rua, da roça, do tempo de antigamente. O percurso que a palavra percorre para assentar-se no livro também é diversa e, muitas vezes, passa pelas mãos de alguém que assume a função de escreva e, da maneira mais fiel possível, transcreve a partir da fala os registros da oralidade de autores que tiveram o acesso à alfabetização formal interrompido, mas estreiam no papel de autor de livro com este objeto.

Este livro dedica-se a seus próprios autores. Foi feito para ser lançado durante o Festival POP Rua, onde a rua vê e a rua mostra. Seus autores estão, estiveram ou atendem a população em situação de rua e as instituições parceiras atuam diretamente neste contexto.

O livro evidencia narrativas por meio da autoria. Sua existência é a sua potência. Nego Bispo nos propõe ao invés da descolonização a contracolônização, uma maneira de trazer para o centro os saberes e conceitos ancestrais quilombolas ao invés de focar nas narrativas hegemônicas e articular-se em desmontá-las. A ideia de contracolônização nos provoca a gerar novos centros, baseados em lógicas diferentes, retirando da neutralidade a produção cultural e intelectual dos historicamente privilegiados. Nesse sentido, uma publicação feita pelo Museu da Língua Portuguesa que conta histórias de cozinhas distribuídas em contextos tão diversos, usando a língua viva, falada, de paladar apurado, desloca o centro um pouco para o lado.

Ainda sobre poder, Grada Kilomba o localiza na boca “A boca é um órgão muito especial. Ela simboliza a fala e a enunciação. No âmbito do racismo, a boca torna-se o órgão da opressão por excelência, representando o que os/as brancos/as querem – e precisam – controlar. A boca negra tem sido historicamente associada ao perigo da fala – de dizer a verdade, de contar histórias, de expressar resistência e revolta. Controlar a boca significa controlar a voz, o discurso, a possibilidade de se afirmar e existir plenamente. Por isso, a boca negra é regulada, silenciada, vigiada e frequentemente estigmatizada”.

É a boca que fala e a boca que come. Controlar a boca é controlar a língua.

Para compor este livro convidamos também pensadores profundamente relevantes para esta conversa – pessoas que não apenas pensam, mas praticam o alimento em suas múltiplas potências e desde pontos diversos de deslocamento.

Carmen Silva é liderança do Movimento dos Sem-teto do centro, é responsável pela cozinha da Ocupação 9 de Julho. A cozinha é uma referência importante na articulação entre arte contemporânea, alimentação e luta por moradia. Sua prática articula distribuição de alimentos de assentamento, empregabilidade e as articulações com a cultura, os espaços hegemônicos de arte e as festividades. Julia Cavazzini é uma artista, curadora e educadora que pesquisa intersecções entre arte e cultura alimentar. Ela acompanhou de perto o planejamento e as ações do DePara e traz um relato das vivências em busca de uma estética do paladar.

Sozé é parceiro do DePara desde a primeira edição. Autor de O inimitável Sozé, ele já escreveu mais de mil páginas, em todos os lugares: bancos de praça, calçadas, bibliotecas, papelão, museus, CAPS, em São Paulo, e outras muitas cidades, estados e países. Sua participação no livro se dá com um poema e um texto.

Em entrevista cedida a Camila Ribeiro Leite, Desirée Mendes compartilha a maneira como a confeitaria mudou sua vida e como é a ferramenta pela qual ela muda a vida de muitas pessoas como coordenadora de uma ONG que faz parte da Rede Cozinha Escola. Sr. Marcos é um dos trabalhadores da cozinha do Chá do Padre, forma parte da equipe que produz e distribui quase mil refeições por dia. Em entrevista ele conta um pouco sobre sua prática na cozinha, as motivações do Serviço e como a corrida se relaciona com tudo isso.

Kric Cruz é o autor de *Cria do governo*. No ano em que comemora seus vinte anos de liberdade, ele nos conta um pouco sobre as dinâmicas de poder estabelecidas a partir da distribuição de comida nas instituições carcerárias na década de 1980.



Foto: Wellington Almeida

Os textos dos participantes são resultado dos nossos encontros e é o registro das inquietações e desejos de cada um. No decorrer do livro, pequenas cenas aparecem como breves suspiros, contando sobre as dinâmicas do encontro e as características de cada um dos três grupos – estudantes de panificação e confeitaria do Pão do Povo; equipe da cozinha do Cisarte e participantes do grupo temático do Chá do Padre – que se abriram a viver esta experiência.

Bom apetite!





Foto: Wellington Almeida

COMEN-



-SAIS



Foto: Ciete Silverio

CORDEL

por Sozé

Rotina de rua
Acordo de madrugada
Faço logo a oração
Pode até não dar em nada
Mesmo assim peço perdão
A barriga vai roncando
Por um pedaço de pão.

Após o café da manhã
Vou procurar o que fazer
Procuro, procuro e não acho
Não sei o que vai acontecer
A manhã todinha se foi
O que será do entardecer?

A barriga está roncando
É a fome que chegou
Sem um centavo no bolso
Bem no bolso que furou
Vou para a boca de rango
Ver o rango que sobrou.

Depois de um bom descanso
Levanto querendo café
Vou correndo à padaria
Do proprietário José
Digo que estou sem dinheiro
Ele manda eu dar no pé

Volto triste pro albergue
Sem minha dose de café
Amanhã bem cedo volto
Na padaria do José
Com a moeda no bolso
Pra tomar o meu café.

Foto: Wellington Almeida



A LÍNGUA QUE FALA É A MESMA QUE COME: OS DIÁRIOS DE SABOR DO DEPARA: *BANQUETE DE MEMÓRIAS, CARTAS E RECEITAS*

Comida, narrativa e memória *como
tradução de afetos, pertencimento e
cultura*

por Julia Cavazinni

Por vezes nossas palavras são
escassas e distantes entre si, ou
simplesmente vêm de outras
pessoas. Nesse caso, as mãos,
embora limitadas pelas fronteiras
da pele e da cartilagem, podem
ser o terceiro idioma que dá vida
quando a língua vacila.

(VUONG, 2021)

No livro *Sobre a terra somos belos por um instante*, do vietnamita-americano Ocean Vuong, o autor escreve a história de sua família e a sua própria para sua mãe, que não sabe ler. No início do livro, ele reforça os sentimentos de deslocamento como imigrante nos Estados Unidos e des-

creve experiências de quando atuava como tradutor de sua mãe ainda na adolescência. A língua materna, inicialmente comum entre os dois, foi gradualmente criando um intervalo entre eles – uma distância que também era emocional e cultural. À medida que narra sua experiência, Vuong comenta sobre o toque como uma espécie de terceiro idioma compartilhado. Esse toque, que pode existir como fuga ou reforço da palavra, estrutura também o que dizemos. O calor de uma xícara de café aquece a ponto de aterrar o corpo no presente, enquanto o olfato aguçava essa presença e o paladar nos reconecta à identidade.

O conceito de “língua materna”, que em Vuong marca a distância de um território de origem, ultrapassa a esfera da comunicação verbal. Nossa primeira língua não existe sem o toque e o paladar – ela é feita de texturas e sabores: o leite materno doce que acolhe, o azedo que contrai o rosto, o quente que acalma. Antes mesmo de tocarmos a terra com os pés, “líamos” o mundo com a boca, classificando experiências como boas, familiares, novas ou perigosas. O que há de materno no idioma está não apenas nos fonemas, mas no gosto que nos acompanha pela vida – aquele que, mesmo na velhice, pode nos transportar instantaneamente para outro lugar, junto a outras pessoas.

O paladar é um cruzamento do corpo com a mente, em constante interação com o meio (PERULLO, 2013). Assim como um idioma, o paladar é, portanto, autobiográfico e relacional. Por meio da memória gustativa de alguém, podem-se reconhecer tradições territoriais, crenças, heranças familiares e até o acesso ao capital econômico e cultural. Ainda assim, o gosto também revela camadas de intolerância, exclusão e discriminação. Mas mesmo diante dessas barreiras, as pessoas continuam comendo sua própria cultura. A língua, que deglute e expressa, é o órgão simbólico da identidade, da memória e da cultura partilhada.



Foto: Wellington Almeida

DePara: banquete de memórias, cartas e receitas *e a língua que temos em comum*

Em 2025, recebi o convite da artista e poeta Carmen Garcia, em parceria com o Museu da Língua Portuguesa, para acompanhar este novo capítulo do DePara, projeto originalmente iniciado em 2023. Com os mesmos fundamentos – refletir sobre letramento, práticas de escrita e criação de vínculos – o novo projeto expandiu-se ao integrar espaços que atuam com a alimentação e também a usam como dispositivos de mediação. Dentro do convite feito, tive o privilégio de propor algumas oficinas e acompanhar os bastidores de um projeto tão vivo e próximo de seus públicos. Com o objetivo de criar espaços comuns onde fosse possível conversar sobre si e praticar a escrita em conexão a comida, cozinha e o ato de cozinhar, fermentam-se as potências das diversas identidades frente às limitações impostas socialmente.

Utilizando as culturas alimentares como mais uma ferramenta de mediação, o projeto DePara: banquete de memórias, cartas e receitas aproxima do museu públicos em situação de vulnerabilidade que raramente têm acesso a espaços de pertencimento ou à valorização de suas subjetividades. Realizado em três territórios distintos – o Centro de Integração Social pela Arte, Trabalho e Educação (Cisarte), o Instituto de Pesquisa da Cozinha Brasileira (Pão do Povo da Rua) e o Ação Social Franciscana (Sefras) –, a iniciativa revelou, por meio do paladar, as nuances da pedagogia proposta pela artista. Embora todas as organizações tenham na comida um eixo estruturante de suas relações, cada uma ocupa um lugar singular na cidade e dialoga com perfis diversos de participantes.

Na instituição Pão do Povo da Rua, alimenta-se grande parte de sua comunidade com uma receita única de pão. Elaborado com ingredientes como farinha de trigo integral, açúcar mascavo e chocolate em pó, os pães nutrem o corpo por mais tempo, e oferecem uma experiência prazerosa com seu sabor singular. Além de combater a fome, o projeto funciona em cadeia: capacita pessoas em situação de vulnerabilidade social como cozinheiros e cozinheiras. O Pão do Povo da Rua é recheado de histórias – receitas e memórias que, como o vapor do forno, ora se condensam em lembranças nítidas, ora se dissipam no calor do tempo, levando consigo o que não foi dito, mas sentido. Foi ali que conhecemos Vera, uma das cozinheiras do espaço, que nos apresentou seu falecido marido não por meio de uma foto ou documento, mas pelo cheiro de orégano do arroz que ele costumava fazer. A memória, que se insinuava entre o doce da lembrança e o amargor da ausência, nos apresentou Vera por meio de um afeto preservado – o desejo de continuar cozinhando como forma de manter vivo esse elo. Já Yeraldín, imigrante colombiana, partilhou sua saudade de casa ao comentar a

diferença entre os sabores do Brasil e os pratos caldosos de sua terra natal. O que poderia parecer desânimo em sua fala transformou-se em brilho nos olhos ao compartilhar uma de suas receitas favoritas. Com o gosto que a acompanha, mesmo distante de sua cidade, ela nos apresentou sua história não a partir da falta, mas do desejo de permanência do que é essencial: o gosto que a constitui.

Esses relatos não vinham de discursos prontos ou de um objetivo único de ensino. Eles surgiam da repetição das oficinas, sempre iniciadas com literatura como abertura sensível ao comum. Em um dos encontros, lemos trechos de *Aos prantos no mercado*, de Michelle Zauner, em que a autora narra a presença da mãe através da comida. A dor da perda e o reencontro com o passado pelo paladar permitiram que os participantes acessassem também suas próprias memórias – fosse a ausência de um grande amor como no caso de Vera, ou a tradição culinária familiar de outro território, como no de Yeraldín. A leitura coletiva, mais do que inspiração, tornava-se uma ponte entre histórias singulares, unidas pela linguagem da comida.

Na organização Cisarte, dedicada à reintegração social e à valorização da dignidade de seus públicos, as oficinas revelaram outras formas de apresentação pelo afeto. Francielli, por exemplo, compartilhou a receita de um macarrão que a fazia lembrar de uma antiga chefe, dona de um restaurante, figura importante em sua trajetória. A morte dessa referência de suas receitas deu um novo gosto ao prato: mais do que o molho ou a massa fresca, o que se comia ali era o passado. Já Monique, com nostalgia, trouxe à mesa a memória de um relacionamento vivido na Espanha. A paella, prato que ela associava ao ex-namorado espanhol e à vivência internacional, era também um retrato íntimo – recheado de temperos que ainda reverberam, mesmo com o fim da relação.

Assim como no Pão do Povo, a leitura em voz alta na

Cisarte foi um gesto de confiança mútua. Encerramos um dos encontros com a parábola Omelete de Amoras, de Walter Benjamin, que nos lembrava de que o sabor não está apenas nos ingredientes, mas no contexto. Um omelete de amoras preparado por um chef renomado pode não ter o mesmo gosto que aquele feito por alguém que nos é querido. O que torna as receitas memoráveis é a história que carregam – e é isso que nos apresenta Francielli e Monique de maneira mais profunda do que qualquer aparência, registro governamental ou currículo.

No Sefras (o tradicional “Chá do Padre”), onde hoje são distribuídas cerca de quatro mil refeições por dia, também encontramos experiências potentes de subjetividade. Joab e Greg, vivendo como trecheiros – aqueles que percorrem longos caminhos a pé –, falaram do pêssego em calda não só como sabor, mas como objeto: a lata que, depois de vazia, se transformava em utensílio para cozinhar nas travessias. Com eles, pensar a comida era também pensar em tecnologias de sobrevivência. Seu Geraldo, quase octogenário, desenhou os utensílios que sua família usava no interior de Minas – objetos agora obsoletos em um mundo no qual os alimentos chegam às prateleiras já industrializados, distantes das mãos que os cultivaram. Ao compartilhar esse saber, orgulhoso, pediu que sua carta fosse assinada com uma declaração simples e significativa: “Estou aqui com saúde e felicidade”. Mais do que uma memória, seu gesto revelava um modo de habitar o mundo por meio do afeto pelo que se come e por principalmente quem o produz.

Esses encontros, em sua pluralidade, reforçaram uma certeza: comer é o que nos torna humanos – e nos lembra diariamente da nossa própria mortalidade (KORSMEYER, 2002). Mas mais do que isso, comer é também o que nos torna singulares. Não existe pessoa que nada saiba sobre comida, assim como não há quem saiba tudo. A comida,

sendo cultura, é ilimitada. E no contexto das oficinas, o que o projeto DePara: banquete de memórias, cartas e receitas propiciou foi a agência das pessoas que, por meio do gosto e da memória, se colocaram no mundo de forma autônoma, partilhando saberes que só elas detêm.

No campo construído em comum, mediado pela boca e pelo afeto, os participantes que talvez esperassem apenas aprender ou receber conteúdo, tornaram-se protagonistas. Suas receitas e histórias reverberam nas páginas deste livro como legado. Não à toa, a fome tem sido usada como arma de guerra – a insegurança alimentar destrói silenciosamente. E ainda assim, mesmo marcadas por essas ausências, encontram-se maneiras de se apresentar por aquilo que escolheram lembrar e compartilhar. Assim como Carolina Maria de Jesus, que mesmo diante da fome registrou em Quarto de Despejo o cotidiano com lucidez e poesia. Sua boca, um dia faminta, hoje alimenta escolas, leitores e instituições culturais. Da mesma forma, essas vozes, à sua maneira, seguem nos nutrindo – com alimentos, com ideias, com dignidade.

O espaço que *a comida ocupa*

Em cada casa o café tem um cheiro. Mas não é o café, é a casa. [...] Um café coado tem mais de arquitetura do que de culinária.

(BRITO, Bruno. *Casa Café*, 2018)

Além da literatura, o café foi ingrediente essencial em todas as oficinas. Servido sempre na mesma térmica, era o início dos encontros. Como Bruno Brito observa, o café se

molda ao espaço e revela a arquitetura da casa – e, nesse caso, das relações. O cheiro do café se misturava ao espaço e aos corpos, ativando um lugar específico, um encontro quase ritual. Presente na história do território brasileiro e combustível diário de trabalhadores, o café também é fonte de criação. Em *Quarto de despejo*, Carolina Maria de Jesus o menciona 52 vezes – não é, portanto, um mero alimento, mas uma perspectiva de resistência cotidiana e transformação do grão em impulso de vida. O café é território comum: mesmo que seu gosto não agrade a todos, seu calor e aroma criam conforto. Ele aquece as mãos, impulsiona corpos cansados, marca pausas – é uma língua comum para quem encara o relógio.



Foto: Wellington Almeida

O idioma comum que se constituiu no DePara: banquete de memórias, cartas e receitas foi feito de sabores. Um idioma ainda sem nome, mas que existe há tempos como forma de comunicação, afeto e sobrevivência. Sempre que a palavra falhou, o gosto deu conta. Fonte inesgotável de significado, de literatura e de poesia. Como os idiomas nomeiam o mundo, as papilas gustativas traduzem também contextos, desejos, memórias. A comida, assim como a palavra, pode ser a ferramenta de um autor. Mas, ao contrário de textos que se dobram às normas e correções, os sabores preservam sua integridade: podem ser doces ou salgados demais, queimados ou crus, mas continuam dizendo algo. A potência da comida está em sua capacidade de nos devolver a nós mesmos – sem julgamento. Ao escrever sobre comida, escreve-se também sobre si, com generosidade.

Assim como o café – que se fez convite, acolhida e linguagem comum entre os que compartilhavam a mesa –, o Museu da Língua Portuguesa, por intermédio do trabalho DePara, da artista Carmen Garcia e uma equipe igualmente comprometida, reacende a chama do direito às próprias narrativas. Aquelas histórias apagadas ou rebaixadas, pejorativamente, à condição de ficção. Línguas que escapam da gramática tradicional, mas são repletas de sentido, cuidado e escuta. Não se trata apenas de garantir o acesso, mas de proporcionar prazer, dignidade e agência.

Longe de ser mera ilusão ou falsidade, a ficção – como define o escritor argentino Saer – “não pede para ser acreditada como verdade, senão como ficção [...]”. A ficção é um tratamento específico do mundo, inseparável daquilo com que lida”. Num tempo em que os alicerces do que chamamos “verdade” se tornam cada vez mais instáveis, a ficção assume um papel crucial: ela não apenas representa, mas ativamente configura nossa relação com o real. O registro dos sabores compartilha dessa natureza ficcional – não no

sentido reducionista de falsificação, mas como ato criativo de composição do mundo. Ao narrar uma receita, evocar um aroma ou reproduzir um gesto culinário, não estamos apenas descrevendo, mas recriando a memória. Esse processo de ficcionalização tece vínculos, experimenta significados e, sobretudo, abre trilhas de pertencimento. Por fim, a palavra “sabedoria” guarda a lembrança de que o saber parte do sabor. Como afirmou Roland Barthes, em aula de 1977: “Nenhum poder, um pouco de conhecimento, um pouco de sabedoria, e quanto mais sabor possível”.

Bibliografia

BENJAMIN, Walter. *O omelete de amoras*, 1930.

BRITO, Bruno. *Uma braça e dois palmos*. Dissertação (Mestrado em Artes) – UNESP, São Paulo, 2018.

JESUS, Carolina Maria de. *Quarto de despejo: diário de uma favelada*. São Paulo: Ática, 2014.

KORSMEYER, Carolyn. *Making Sense of Taste: Food and Philosophy*. Ithaca: Cornell University Press, 1999.

PERULLO, Nicola. *O gosto como experiência: entre estética e gastronomia*. São Paulo: Editora Senac, 2017.

SAER, Juan José. *El concepto de ficción*. Barcelona: Rayo Verde Editorial, 2016.

VUONG, Ocean. *Sobre a terra somos belos por um instante*. São Paulo: Editora Rocco, 2021.

ZAUNER, Michelle. *Aos prantos no mercado: uma memória*. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2022.



Foto: Jardiel Carvalho



A ATITUDE VEM DA SOCIEDADE CIVIL

por Carmen Silva

Meu nome é Carmen Silva, e escrevo para compartilhar uma história de luta, resistência e construção coletiva – uma trajetória que começa como a de muitas mulheres negras e periféricas neste país: lutando para garantir comida no prato e um teto digno para minha família.

Hoje, tenho a honra de liderar uma das experiências mais transformadoras de segurança alimentar e geração de renda no centro de São Paulo. A Ocupação 9 de Julho é muito mais do que um prédio ocupado – é um laboratório vivo de soluções comunitárias para problemas que o Estado negligencia. Enquanto o Brasil retornava ao Mapa da Fome em 2019, com mais de 33 milhões de pessoas em situação de fome, nós construíamos, dia após dia, uma alternativa concreta. Desde 2016, já distribuímos 1,2 milhão de refeições.

Durante a pandemia de Covid-19, essa crise ficou ainda mais escancarada. Foi nesse momento que nossa cozinha comunitária mostrou sua verdadeira força. Com recursos emergenciais do Programa de Aquisição de Alimentos (PAA) – R\$ 180 mil entre 2020 e 2021 – conseguimos distribuir cerca de seiscentas mil refeições à população mais vulnerável. Esses dados evidenciam o impacto positivo de políticas públicas que chegam diretamente às mãos de quem conhece, de fato, a realidade da comunidade.

Entre os grandes apoiadores há também agentes privados como fundações e empresas como a Fundação Tide Setúbal que doou cerca de R\$ 800 mil reais, em 2020, para projeto junto a 86 costureiras, e o Itaú Social que doou R\$ 2,3 milhões, em 2021, para as compras de cestas básicas para distribuição entre famílias em situação vulnerável.

Já a parceria com o Banco de Alimentos permitiu resgatar em torno de doze toneladas de alimentos por mês – frutas, legumes e verduras em perfeitas condições, mas que seriam descartados pelo comércio tradicional por não atenderem aos padrões estéticos exigidos.

Quarenta por cento das mulheres atendidas conseguiram se recolocar no mercado de trabalho após participarem das nossas oficinas profissionalizantes. Isso mostra que nosso trabalho vai muito além do assistencialismo: é sobre construção de autonomia.

Nossa estrutura de geração de emprego e renda também é sólida. A Cozinha 9 de Julho mantém entre quinze e vinte trabalhadores fixos, a maioria em regime informal, com renda garantida por meio de doações, editais públicos e venda de refeições. Durante o auge da pandemia, mobilizamos até cinquenta voluntários. Já a Casa VERBO, nosso centro cultural, gera empregos para dez a quinze pessoas, além de contratar artistas e educadores por meio de leis de incentivo.

Os mutirões de reforma realizados pelo MSTC também são fonte de trabalho: cada obra mobiliza entre trinta e cinquenta profissionais da construção civil, totalizando cerca de três mil empregos temporários desde 2016. O impacto se estende ao comércio local e à agricultura familiar, com dez fornecedores abastecendo nossa cozinha, e aumentos de até 15% nas vendas do entorno em dias de eventos.

Na 34^a Bienal de Arte de São Paulo (2023), operamos toda a alimentação do evento, servindo quase cem mil refeições preparadas com ingredientes de pequenos produtores.

Nosso espaço cultural, a Galeria REOCUPA, transforma prédios vazios em palcos para discussões urgentes sobre fome, direito à cidade e desigualdade social. Nossos cursos de gastronomia e manipulação de alimentos já formaram 127 pessoas, hoje empregadas ou empreendendo na área.

Por trás dos números, estão vidas transformadas. Como Dona Maria, de 58 anos, que hoje coordena nossa horta urbana, ou João, que agora sonha em ter seu próprio food truck. As 120 famílias da ocupação aprenderam que moradia digna envolve muito mais do que paredes – inclui comida fresca, trabalho honesto e acesso à cultura.

O modelo que desenvolvemos desafia a lógica perversa do agronegócio brasileiro. Enquanto o país exporta toneladas de soja para alimentar gado na Europa, mostramos que a verdadeira segurança alimentar se faz com terra, teto e trabalho, não com migalhas.

A fome no Brasil não é um acidente – é um projeto. E enquanto houver um único estômago vazio em São Paulo, a Cozinha 9 de Julho continuará acendendo seus fogões, iluminando consciências e servindo aquilo que nunca pode faltar à mesa: dignidade.

Nossa receita é simples: organização popular, solidariedade de classe e obstinação revolucionária.

Com respeito e esperança.

Carmen Silva
Coordenadora da Ocupação 9 de Julho
Movimento Sem-Teto do Centro (MSTC)

Foto: Wellington Almeida



DESISTIR NÃO ESTÁ *NOS PLANOS*

Entrevista com Desireè Mendes

Por Camila Ribeiro Leite

A vitória é seu destino certo. Não que no meio do caminho ela não encontre pedras, buracos, perdas e um mar de desafios que desenham sua intensa trajetória de vida. Desireè Mendes tem a receita do sucesso, e é de brigadeiro:

Ingredientes

1	LATA	LEITE CONDENSADO
1	LATA	CREME DE LEITE
30	GRAMAS	CACAU 30%

Modo de Preparo

Colocar tudo em uma panela e levar ao fogo médio, sempre mexendo até desgrudar do fundo.

O componente especial é a mão, essa não tem como passar na receita, só vivendo para conquistar a experiência. Além do brigadeiro, ela nos contou sobre a sua vida em uma entrevista que foi o ingrediente para este texto. Segundo a confeitadeira e empresária da Um doce por um sonho:

A comida na minha vida é transformação. A vida ali no fluxo, na região central, é complexa. No meu tempo, ela era um pouco mais restrita. Não tinha alimentação disponível em qualquer lugar, e eu tenho alguns insights sobre alimentação que são muito fortes pra mim.

Teve um momento na minha vida em que não sei exatamente o que tive, mas minha saúde colapsou. Eu não conseguia andar. Minhas juntas começaram a inchar e fui travando aos poucos. Começou pelo tornozelo, subiu para o joelho, depois para a bacia. Perdi a locomoção. Fiquei sem andar ali, na região da Cracolândia – na rua Helvétia, Barão de Piracicaba, alameda Dino Bueno, Gusmões. Eu tinha alguns amigos que conseguiam buscar medicação no posto. Eu tomava quatro, cinco comprimidos de anti-inflamatório de uma vez só, o que me dava cerca de trinta minutos de caminhada. Era o tempo que eu tinha para me alimentar, tomar um banho, tentar me organizar. Depois disso, não conseguia mais andar.

Nesta época, me lembro de um dia em que eu estava com muita fome. Sentada na calçada, em frente a um bar, sem conseguir me levantar. Vi um rapaz passando com um prato de comida. Vi a salada: alface, tomate, rodelas de cebola. Aquilo me doeu. Tudo que eu queria, naquele momento, era aquele prato de salada. Essa cena me marcou profundamente. Já se passaram mais de vinte anos, mas ainda me acompanha. O arroz, a travessinha de feijão, e aquela salada simples – folhas de alface crespa, tomate e cebola. Desde então, toda vez que eu como, tem que ter salada. Comprei até um mandolim profissional só para fatiar a cebola do mesmo

jeito. É como se, em todas as minhas refeições, aquela salada ainda estivesse passando diante de mim, como naquele dia em que eu não comi, em que permaneci com fome.

Hoje, tenho a oportunidade de servir refeições no centro de São Paulo. Sou coordenadora de um projeto da Prefeitura – um projeto chamado Rede Cozinha Escola. A gente serve, gratuitamente, quatrocentas refeições por dia. Muitas das pessoas que atendo hoje são parte do meu passado. Algumas estão ali desde aquela época, mais de vinte anos atrás. Outras são novas, chegaram agora. É difícil explicar a sensação. É muito intensa. Esse trabalho não só ressignifica toda a minha história, como também me alimenta. É uma devolutiva com gratidão – fazer por alguém aquilo que eu gostaria que tivessem feito por mim.

A alimentação impacta minha vida em muitos momentos. Quando estive presa, por volta dos anos 2000, a alimentação vinha pronta, mas, muitas vezes, já estava estragada. Por exemplo, tinha as almôndegas, que chamávamos de “bolinha assassina”, porque vinham verdes dentro da marmita. Ou, também, usávamos um fogão de resistência, chamado de “bigorna”, que é como a espiral de um caderno, aquecida dentro de uma peça de alumínio. Com esse fogãozinho, refazíamos a comida – chamávamos isso de “recorte”. Colocávamos o fogareiro em cima de um banquinho feito com caixa de ovos, onde preparávamos arroz, feijão, e até bolo. Foi assim que me sustentei por um bom tempo lá dentro: vendendo bolo. Outras vendiam tapioca e pastel. Eu vendia bolo, porque não tinha visita. No meu tempo, quem recebia visita podia pedir para trazer ingredientes.

Fiz faxina para uma moça que tinha visita. Como pagamento, pedi que a visita dela trouxesse farinha, ovos, leite, chocolate em pó e fermento. E com isso fiz bolos. Um pedaço de bolo valia três maços de cigarro. Eu assava quatro, cinco bolos e finalizava com cobertura de brigadeiro de leite

em pó. Antes de chegar à última cela, já tinha vendido tudo. Com isso, consegui pagar advogado e me sustentar lá dentro.

Tive um filho enquanto estava presa, que nasceu em um parto normal comigo algemada pelos pulsos e pelos tornozelos. Depois do nascimento, ficou comigo por três meses. Na época, o limite que a lei impunha eram seis, mas cortaram pela metade e quando ele foi embora, foi devastador. Quando eu saí, por volta de 2005, tentei recomeçar, mas não consegui emprego; e meu filho não me reconhecia, se escondia de mim e me gritava. Ele tinha três, quatro anos e eu não tinha a cabeça que tenho hoje, me perdi de novo e fui morar na rua.

A vida só começou a mudar em 2012, na minha última prisão. Quando fui detida novamente, eu estava grávida de cinco meses e ali aconteceu algo muito forte. Me imaginei entregando-o, como tinha feito com o outro. E ali, entre eu, o universo e Deus, algo aconteceu e recebi um habeas corpus que me permitiu sair com meu filho nos braços, com três meses. Foi como se o universo tivesse me dado uma nova chance. E foi ali que minha história começou a mudar.

Quando eu saí, com ele pequeno, eu não tinha emprego. Comecei fazendo faxina e o levava comigo. Mas ele começou a engatinhar, as casas tinham escadas, foi ficando difícil porque também não consegui vaga na creche. Tudo que eu queria era viver o primeiro ano dele e fazer o bolo para cantar parabéns. E eu fiz. Após a festa eu estava determinada a conseguir um sustento para continuar cuidando da minha família e ouvi um sopro no ouvido: “vai vender brigadeiro”. E assim foi, e estou vendendo até hoje. Esse brigadeiro me acompanha há treze anos. É ele que sustenta minha casa. Cada canto aqui tem um pedacinho do retorno que o brigadeiro me deu. Tudo o que conquistei veio dele.

Comecei a usar drogas aos doze anos após a mãe de um colega da escola do meu irmão me entregar um saquinho



Foto: Wellington Almeida

quando fui o acompanhar até a porta. Por curiosidade experimentei sozinha, desde então minha vida ficou marcada, cada vez mais espaço para a droga e menos para mim. Na Cracolândia tinha algumas formas de conseguir dinheiro para sustentar a vida: a prostituição, pedir na rua, roubar no farol, ou comprar uma pedra, partir em duas, fumar uma e vender a outra pra comprar mais droga. Essa foi a minha escolha. O fim do dia era sempre a calçada. Por conta disso fui presa algumas vezes e não foi o sistema em si que me ressocializou, eu que faço toda a movimentação da minha vida. Toda a ressocialização que devia ter existido pelo sistema, eu fiz acontecer do lado de fora pelos meus filhos, pela minha mãe e por Deus. A responsabilidade de minha vida dar certo é minha.

Até hoje estou cumprindo pena, ainda tem uma bola de ferro gigante invisível no meu pé que me impede de fazer muitas coisas que eu preciso. Ainda tenho quatrocentas horas de serviço à comunidade que pretendo finalizar com um curso profissionalizante de confeitaria que estou desenvolvendo junto ao coordenador da Secretaria de Administração Penitenciária para um grupo de homens que estão cumprindo pena no regime semiaberto em uma unidade da capital de São Paulo.

As minhas desgraças impactam a vida de outras pessoas. A minha resposta pro sistema é o eco de cada ação que desenvolvo e impacta outras pessoas. O não do sistema se transforma em vários sins das pessoas que se beneficiam do meu trabalho atual. Eu decido onde eu quero estar e aonde eu quero chegar, não são as pessoas que vão impor pra mim o que me cabe e o que me é de direito. Eu sei o que é que cabe pra mim. A forma como a sociedade me enxerga hoje em dia não me causa mais desconforto, antes eu me resumia àquilo que as pessoas me impunham. São estigmas que na prática eu sei quanto me custa.

Em 2019, a minha sentença foi revertida e o meu caso gerou jurisprudências que possibilitaram a liberdade de muitas pessoas, inclusive que muitas mães pudessem cumprir suas penas em casa para cuidarem de seus filhos. Em 2022, me formei em Gastronomia pelo Mackenzie enquanto tive que enfrentar perdas importantes, além de tentar me adaptar às condições impostas pela pandemia. Nesses dois anos perdi meu irmão e minha irmã por infartos fulminantes, minha mãe de Covid e minha neta, de dois meses, por bronquiolite. Por isso que digo que o meu interior é força e eu não vou desistir. Tenho uma disposição que não interessa o que aconteça, eu vou ser a resistência.

Eu quero ser esperança nos olhos das pessoas que querem ressignificar a própria história. Quando eu estava na rua eu queria mirar em alguém para saber que minha vida poderia dar certo, atualmente, me sinto na obrigação de voltar e falar que dá certo, para as pessoas terem um exemplo. Faz toda diferença achar alguém que fale que vai funcionar, alguém que tentou e deu certo. Isso reacende a esperança. Quando eu via alguém ir embora de liberdade da prisão, a sensação de esperança é única, você sabe que a sua também vai chegar, ela pode demorar, porém, não será perpétua. Mas quando eu estava em situação de rua, em uso compulsivo de drogas, tinha pessoas que iam e eu tentava me apoiar nestes exemplos, mas as pessoas quase sempre voltavam, o que me fazia sentir que eu morreria ali. A sensação era de que minha vida já tinha acabado. Essa era a minha verdade, mas minha vida não acabou e, atualmente, quando eu volto lá todo dia para servir alimento eles me veem indo e voltando e eu nem preciso falar nada. O meu grito vem forte, o meu nome está presente no grito de liberdade de muitas pessoas.



Nota de atualização:

Entre a realização da entrevista e a publicação deste livro, o Tribunal de Justiça emitiu um ofício concedendo o indulto da pena de Desireè – incluindo a multa penal, o serviço à comunidade e a pena restritiva de direitos. Ou seja, ela está finalmente em LIBERDADE!

F02, uma
mistura
e pronto final.



Foto: Wellington Almeida

ALIMENTAR BEM OU RUIM / *DÉCADA DE 1980'*

por Kric Cruz

Me lembro de uma época na Casa de Detenção Professor Flamínio Fávero (Carandiru) que a alimentação era diferenciada para todos os presos, funcionários e diretores.

Havia muita fartura tanto nas dispensas dos pavilhões, quanto na dispensa geral que recebia dos fornecedores, o açougue era super bem abastecido, enfim tudo vinha em grande fartura.

Se havia essa grande fartura, havia também uma grande pergunta pairando no ar: Por que os presos na suas maiorias comiam pessimamente? Haviam os presos encarregados dos setores que comiam do bom e do melhor, assim como os funcionários e diretores dos pavilhões.

Trabalhei nessa cozinha como encarregado da dispensa, que distribuía aos pavilhões, cabia a contagem das verduras, carnes, frutas e o que ia parar nos panelões que cozinhava.

Eu anotei por quase 6 meses toda essa movimentação, era muito grande a movimentação de carrinhos com presos de diversos pavilhões, o inusitado de tudo isso era que só o restante e que se cozinhava ia para os pavilhões sendo a

1 Em respeito ao fluxo descritivo e a pedido do autor, não foram realizadas intervenções gramaticais e ortográficas no texto. (Nota do editor)

distribuição um tanto desleal, eu sempre questionava tudo isso e meu cargo ali estava com os dias contados.

Não agrada a ninguém esses meus questionamentos, só os que se alimentavam muito mal nos pavilhões, na Casa de Detenção se movimentavam muito dinheiro, a corrupção era grande por quem corrompia e por quem era corrompido.

Havia muitas mortes tanto por assassinatos ou por doenças, o preso que corrompia era bem alimentado, a maioria não recebia o que lhe era devido e a Lei do Silêncio prevalecia por todo os setores, logicamente ninguém se atrevia a denunciar uma antiga prática do tráfico de alimentos para fora do presídio, tudo favorecia o tráfico de drogas etc.

Me questionei e fazia parte da turma que se alimentava muito bem e tinha certas regalias dentro do presídio, (afinal tinha um grande nome na vida do crime sem querer ser criminoso) não seria fácil me afastar só por suposição e os comentários que faziam no qual não suportava fazer parte de tudo isso.

Comecei a traficar o melhor para dentro dos pavilhões desviando dos caminhões para os carrinhos, pois muitos tinha suas bigornas (fogões) dentro da cela e cozinhavam para si próprio, faziam maria louca (cachaça) e isso me levava também ao questionamento proprio, na contagem geral, conseguia alimentar uns 80% por cento da população um tanto melhor, o tráfico em geral crescia e as mortes por falta de uma alimentação adequada diminuiam.

Meus dias neste setor de distribuição de alimentos estavam chegando ao fim, eu fiscalizava os panelões, o setores de salada, a distribuição das sobremesas, a carne eram bem distribuida, o unico local que permaneciam comendo o mesmo de antes era o seguro (presos jurados de morte, tipo estrupadores, caguetas e matadores de mulheres; essa população era separada num espaço do pavilhão 5 e não havia em minha mente ainda o que se fazer).

Enfim foram se 6 meses de uma administração muito elogiada por parte da maioria de população e alguns funcionários que não eram corruptos, mais atrapalhava o comércio de muitos que tinha na rua seus mercadinhos, açougues e quitandas no qual negociavam essas mercadorias.

Começavam uma movimentação para a minha transferência assim como os que me acompanhavam nesta mudança alimentar.

Não foi de uma hora para a outra, isso demorou umas semanas de articulações tanto de funcionário, alguns diretores de pavilhões e uns presos que faziam essas transações e se sentiam prejudicados neste horrível mercado de alimentos.

Eu me sustentava no meu cargo, mais sabedor de que iria sofrer represália da parte daqueles que se sentiam prejudicados em suas empreitadas.

Não havia uma demonstração de medo, pois a população na suas maioria estavam do meu lado, temiam uma violenta rebelião e teriam que tomarem cuidados na minha transferência para a Penitenciária.

Começou com a morte de um encarregado da cozinha que não conseguia resolver o problema do mercado local, ele era muito rude nas suas empreitadas, mas os seus próprios comandantes o mataram dentro da cela numa discussão entre eles, que nunca saberemos como começou.

A mudança de encarregado viria de uma forma nomeada entre presos, mas para que eu não assumisse, chegou numa forma covarde a minha tão esperada transferência como mandante deste crime. A entrada da tropa de choque no dia de começo de uma quase rebelião com uma minoria da população resultou com diversas transferência entre elas eu – é lógico –, assim acabou por aquele ano a tão disputada dispensa dando lugar a finalização das atividades naquele setor, começando a era do marmitex.

Logicamente que a nova diretoria pensou mais rápido trazendo sem concorrência suas já conhecida firmas que atuava na dispensa da tão farta e prospera cozinha para poucos.

A minha transferência para a Penitenciária do Estado (Carandirú) foi tumultuada, pois o ano era 1982 e começava uma primeira rebelião com tentativa de fuga na Casa de Detenção, que também foram transferido.

Comecei meus dias na Penitenciária (após sair da prova) trabalhando na cozinha de lavagem de panela, uma tentativa de me ver numa reação contrária, mas peguei o serviço onde teria minha laborterapia¹ e consequentemente remissão de pena. Num setor onde não havia as práticas da Casa de Detenção e muito rígida, o alimento era servido de cela em cela de igual para todos.

Eu nunca soube cozinhar nada, mas tinha como meta me alimentar pouco, era meu costume, trabalhando neste setor no sistema de plantão, poderíamos levar doces, bolos feitos na padaria e algumas frutas.

Fiquei 2 anos e fui transferido para a Penitenciária de Avaré, onde comecei a estudar e trabalhar numa nova cozinha onde só transportava os carrinhos com os alimentos para os pavilhões.

Enfim, sempre tive contatos com cozinhas sem aprender a arte de cozinhar, pois não sou e nunca fui amante desta arte, meu negócio é escrever atuar num palco onde me destaco.

Em Liberdade após 2 décadas e uns meses, eu consegui trabalhar (após anos já livre) no Sefras, exatamente no Chá do Padre, onde forneciam na base de 400 marmitas

1 A laborterapia serve para anexar na pasta de execução penal constando uma ocupação na unidade num pedido de perdão de pena, por exemplo. (Nota do autor)

durante o dia, tanto no almoço (400 ou mais) quanto na janta, o alimento era bem feito na cozinha, haviam as marmitas que chegavam das doações que sempre questionava suas produções em outras cozinhas diferentes da do chá do padre.

Em muitas ocasiões, as marmitas chegavam um pouco estragadas, azedas e bem reduzidas e é lógico que não servíamos ao povo de rua.

Falar de alimentação para mim é um tanto esquisito, pois hoje em dia já cozinho um tanto melhor e para mim fui obrigado a aprender, pois tenho guarda compartilhada do meu filho e a situação exige que o alimento melhore. Nunca pensei nessa exigência até ter que compartilhar o que como com ele, algumas amigas(os) que me passaram umas dicas e comecei a colocá-las em prática acho que ter uma alimentação adequada favorece nosso modo de viver e manutenção.

Lembro-me também em ocasião que me via numa situação mais favorável em que tudo resumia a comer com ele em restaurantes e lanchonetes e comecei a pensar, porque não aprender a cozinhar e fazer meu próprio alimento já que sempre tinha um fogão que servia para fazer café, miojo, bolinho de chuva e muitas vezes cozinhar batata doce.

Aprender a cozinhar me despertou a um mundo um tanto favorável de economia e saber aquilo que eu como. Vejo muita distribuição de alimentos ao povo da rua, me questiono se são saudáveis, mas as filas enormes nos pontos de distribuições me levam a refletir na necessidade e esquecer meus questionamentos sobre se são saudáveis ou fruto de uma enorme precisão.

Embora teríamos que ter uma enorme fiscalização nestes pontos, para que a necessidade seja maior que uma distribuições inadequadas por se tratar de um povo vulnerável a consumir aquilo que lhes chegam em “mãos”, como ponto de não ter outra opção.

Há de se rever os conceitos sociais longe de algo a se fazer o bem de qualquer maneira e não olhando para um povo que cresce assustadoramente e se diminuem a moradia onde podem se alimentar.

ESTX
QUASE
PRONTO

Foto: Wellington Almeida



A MISSÃO DO SENHOR MARCOS

Entrevista com Marcos Emanuel da Silva

Por Carmen Garcia

Quando entrei pela primeira vez no Chá do Padre, o almoço estava sendo servido. Havia uma longa fila que se movia com sutileza e em silêncio. A linha de gente conduzia a um senhor vestido de branco que olhava nos olhos de cada pessoa que retirava uma marmita. Quando me aproximo, ouço ele dizer baixinho: “Deus te abençoe” cada vez que entrega a marmita a alguém. Somos apresentados, e eu pergunto se ele abençoa todas as marmitas. Ele me diz que sim. E quantas são? “Ao redor de mil.”

Esse é o Sr. Marcos, um dos trabalhadores do Sefras. Ele faz parte da equipe que cozinha e serve as pessoas que passam por lá todos os dias. Tive a felicidade de entrevistá-lo.

CG: Gostaria de entender quando e como o senhor começou a cozinhar.

Sr. Marcos: Deus me deu uma direção muito bonita, que é a cozinha, que é levar o alimento aos nossos irmãos sem-teto, aos nossos irmãos carentes, àqueles que necessitam da nossa presença no alimentar.

Eu tive a grande felicidade de ter em casa a mamãe, e vendo toda aquela habilidade dela, eu sempre me aproximei para vê-la fazendo as comidas gostosas para nós, os filhos. E nunca me aproximei do fogão em casa. Eu gostava dos livros com receitas. E fui me apegando às receitas, à beleza de cada receita, da imagem e do conteúdo. Mamãe fazia uma comida muito gostosa. E eu fazia lá um pratinho no isopor da marmitex e levava aos nossos irmãozinhos aqui próximos ao Pão de Açúcar no Jabaquara. Tinha lá uns juvenzinhos também que ficavam ali deitados, eu lembro até hoje. E muitos não tinham o recurso do alimento. E eu levava uma, duas, três, quatro alimentações para eles, não era uma quantidade grande, mas alimentava aqueles que mais necessitavam. Eu era bem jovem, uns dezessete anos, e eu já fazia a entrega.

Mas minha caminhada junto aos irmãos em situação de rua começou cedo, servindo nossos irmãos sem um teto – irmãos que necessitam muito de uma acolhida humana, mais amorosa, compreensiva e respeitadora, que eles deixaram de ter por várias circunstâncias da vida. Isso sempre me tocou muito. O sofrimento dessas pessoas, a invisibilidade que enfrentam nas ruas, a falta de um gesto de carinho, de respeito. E eu sabia, dentro de mim, que tinha algo a oferecer mesmo que fosse simples. Porque às vezes um prato de comida com afeto, com atenção, vale mais que mil palavras.

Eu sou católico e tive a felicidade de, um dia, indo ao confessionário na Igreja de São Judas Tadeu, no Jabaquara, dizer ao padre que eu gostaria imensamente de ter uma missão dentro da igreja. O padre pediu ao porteiro, o Sr. José, que me levasse a um determinado lugar. E eu o acompanhei. Ele me levou à cozinha da igreja. Lá tem três cozinhas. Em uma dessas cozinhas tinha um grupo chamado Amigos do Sopão, os responsáveis lá eram a Dona Cida e o senhor Ricardo. E era um grupo que preparava as alimentações, colocava-se em marmitex e depois saía, tinha uma caravana que saía entregando nas ruas aos nossos irmãos mais necessitados. E eu entrei nessa cozinha ajudando. E nunca tinha me aproximado de um fogão industrial. Mas você vê como que é a obra de Deus, né? A obra de Deus deixou que eu estivesse próximo a pessoas que tinham ali os seus manejos, tinham as suas qualidades em manejo, e foi me dando a oportunidade de me aproximar ao fogão industrial.

Eu fiquei nesse grupo por praticamente cinco anos. E fui me adaptando e fui me aproximando. Logo no início já estava manuseando os alimentos e fazendo a comida que era necessária. E eu passei a ter a responsabilidade de levar determinadas receitas. E dali saía a comida gostosa, colocada em marmitex e depois entregue aos nossos irmãos mais necessitados. Foi muito bacana eu desenvolver aquela habilidade, aquela coisa gostosa. Eu tenho até hoje as receitas dos cinco anos que estive lá. Guardei todas elas. Isso me trouxe o grande prazer de servir aos meus irmãos, que eu faço até o dia de hoje.

Estou no Sefras há doze anos, e esse período é de um orgulho, de uma satisfação, de um prazer enorme a servir àqueles que mais precisam. Quem me acolheu foi Frei José, Frei Mário e Frei Melo. Estar no Sefras durante todos esses anos têm sido, para mim, uma experiência profundamente transformadora. É onde coloco minha espiritualidade em



Foto: Wellington Almeida

prática, onde sirvo com as mãos, com o coração. E gosto, sim. Gosto muito. Porque vejo que meu trabalho toca vidas, oferece dignidade, devolve esperança. E isso é tudo.

Minha fé sempre foi o que me moveu. Me volto muito dentro dos mandamentos de Deus, a me dedicar dentro do Sefras para com meus irmãos. Eu acredito que cada um de nós tem uma missão nessa vida. E Deus me mostrou qual era a minha. Ele me deu a cozinha e o esporte. Cada refeição que preparo é um passo nessa missão, onde o objetivo é servir com amor e ajudar quem mais precisa. Sou hoje um maratonista, mas eu sempre digo e direi sempre: não sou maior, nem melhor que os meus colegas atletas, dentro do mesmo segmento do atletismo, que hoje eu pertencço, da maratona.

CG: E como a corrida se relaciona com tudo isso? Como ela chegou para você?

Sr. Marcos: A cozinha, assim como na corrida, exige dedicação, disciplina e foco. Hoje eu faço parte do ranking brasileiro. Estou com a bandeirinha do Sefras lá no pódio.

Os pódios que nós conseguimos, as conquistas que nós conseguimos, são êxitos que Deus nos traz – alegria do prêmio – mas não para dizer que nós somos melhores ou maiores, não. É pelo que você planta no dia a dia. Quando você planta a sementinha, aquela terra que você adubou com todo amor, com todo carinho, com toda fraternidade e respeito, você há de colher. Vai germinar da árvore com um bom fruto.

Quando você pensa na alimentação, você tem que pensar no processo da alimentação. A comida chega por meio daquele que cuida da terra. Precisa levar o agradecimento

a Deus, e a essa pessoa ou esse grupo de pessoas ou essa companhia que nos serve, que cuida da terra e do alimento que cresce, e o alimento é o que nos dá a resistência, o que nos fortalece.

Você sem o alimento, você não tem resistência, você não tem nada. A comida é aquilo que cresce da terra e aquilo que você precisa para existir também. O esporte me traz também essa resistência.

A própria natureza também faz parte desse recurso, traz pra nós o ar que a gente respira, o alimento, a água. A natureza que Deus deixou pra nós é uma coisa muito linda.

Se você planta feijão, ele vai te dar feijão, e se você planta bondade, você colhe bondade. O valioso é isso. É você saber que tudo que você planta vai germinar. Você vai ter uma boa colheita mediante a sua própria conduta. Acho que isso é muito valioso.

Aqui, se a gente não tiver o carinho da chefe, o entendimento entre os colegas que trabalham dentro da cozinha, não vai ser uma comida agradável. E cada dia nós recebemos elogios deles para os chefes gerais que são a Léia e o Jefferson, que depois vêm falar para nós. Isso é que é muito legal. É importante que o alimento esteja gostoso.

Para chegar no esporte, eu tive uma situação de vida: primeiro eu tive um tumor no rim. Tive um acompanhamento feito pela Santa Casa de Misericórdia. Me tratei por dois anos. Quando foi o dia de ver o resultado da biópsia e saber se era maligno ou benigno, o Dr. Mauro me disse: “Nós não sabemos mais onde está esse tumor. Esse tumor foi a luz divina que o levou embora”.

“Você tem que aguardar mais uns dois anos para nós acompanharmos você e nós vamos dar uma alta.”

Após dois anos, eu tive alta.

Depois, em uma campanha de doação de sangue feita pelo A.C. Camargo, nessa campanha eu descobri que eu

tinha o princípio de leucemia. Fiz um acompanhamento. E num dia em que nós teríamos mais um exame a se fazer, a doutora Fernanda disse: “Lá em cima, no primeiro andar, tem uma sala de oração. Vá agradecer a Deus, porque você recebeu uma grande graça. Você não tem mais nada. Nós não constatamos mais nada dentro do seu sangue. Só que você tem que aguardar cinco anos”.

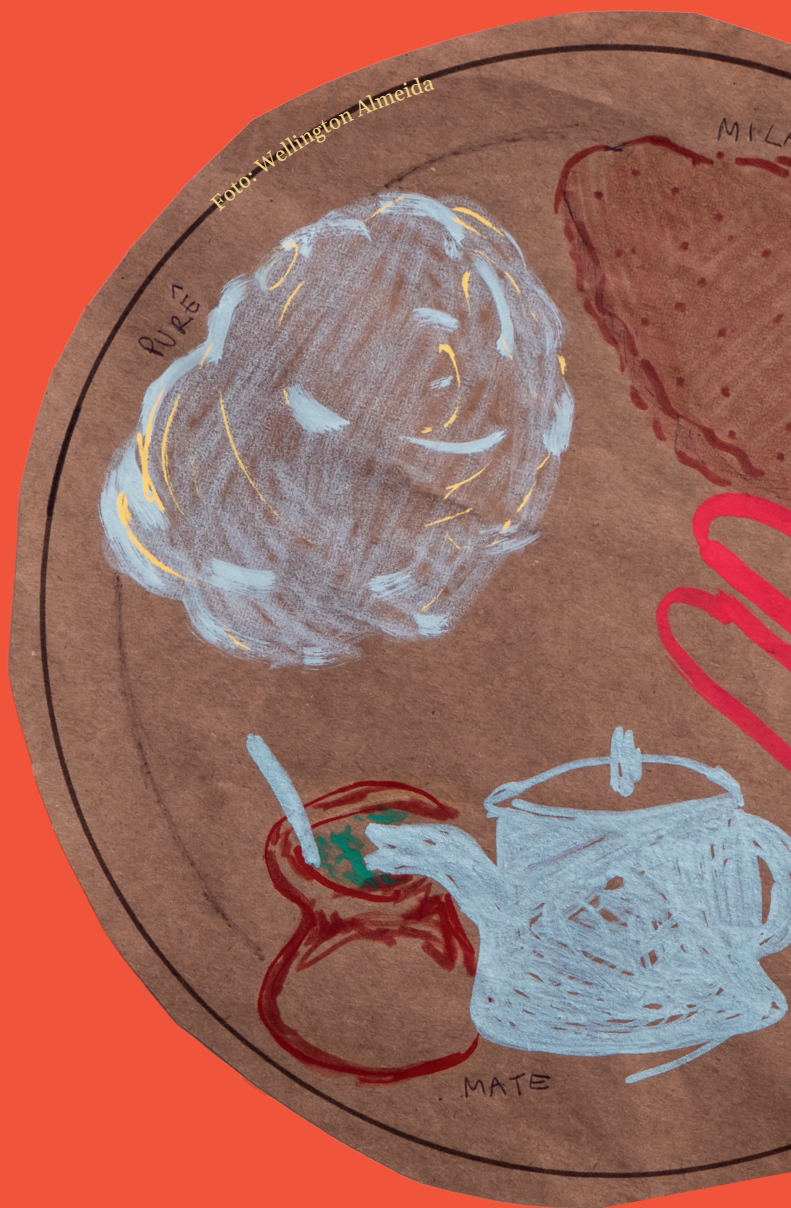
E nesse aguardo de cinco anos, eu fui para o esporte. Aí eu comecei. Primeiro eu fui para a academia, tinha cinquenta e quatro, cinquenta e cinco anos. Aí entrei na academia para fazer um exercício, e nessa academia tive uma colega que falou: “Você gosta de esporte?”. Eu falei: “Não, eu jogo bola”.

“Por que você não vai praticar conosco umas corridas?”

Aí eu fui com ela, comecei a fazer caminhada, depois eu entrei na equipe Jabaquara, que eu estou até hoje, faço parte da equipe Jabaquara, administrada pelo Celso Eduardo e pela Dalva. Com eles encontrei uma família na equipe.

No ano passado, eu fiz catorze pódios, entre segundo, terceiro e primeiro.

E no fim do ano, sempre faço a São Silvestre. Corro quinze quilômetros e depois venho trabalhar e fico até as sete da noite.



PRATO



PRIN-

-CIPAL

EMOÇÕES II

por Nanda Ferreira

Cada prato pode nos transmitir diversas emoções, lembranças e sentimentos.

Ao ver uma deliciosa lasanha de berinjela, me lembro e me transporto no tempo.

Imediatamente volto ao passado, e como se fosse hoje, minha tia Zoraide está ao meu lado, me ensinando passo a passo a receita, me contando cada detalhe do modo de preparo.

Sinto hoje o aroma, como se estivesse saindo agora do forno.

Ouçó suas risadas e vejo o brilho em seu olhar me falando:

– Veja, Maria Joaquina hahaha (assim é a forma que ela me chamava brincando) que lindeza! Sinta esse aroma! Ah! Não tem comparação, dizia ela.

– Ahh tiaa! Que delíciaaa! Quero mais, é muito bom!

– Coma Maria Joaquina! Coma! – falava ela sorrindo.

Saudades, tia, te amo eternamente.

OI, AMOR

por Vera Lucia de Oliveira

Oi, amor, hoje no encontro com pessoas maravilhosas do Museu da Língua Portuguesa me lembrei muito de você, me lembrei daquela vez em que fomos no Museu do Ipiranga, e você deu uma aula de História conversando com uma das funcionárias que estava ali em frente ao quarto (objetos) D. Pedro I, ela depois de ouvir você perguntou:

“O senhor é professor de História?”. E você com toda a sua maravilhosa humildade respondeu: “Não, mas adoro falar de História e tenho minha maior inspiração”, e me apontou, minha amada. Isso me marcou muito, meu querido. Naquele momento eu pensei, nosso amor será para sempre aqui e em outras vidas.

Depois mais emoção, foi feita uma brincadeira e tirei o papelzinho rosa (comendo sozinha). Nossa, aí a lembrança veio à tona do seu arroz com orégano, que você fazia pra mim ao chegar do trabalho. Nunca comia sozinho, sempre me esperava, e hoje só como sozinha. O cheiro do seu arroz não me sai da memória. Saudades!

LEMBRANÇAS AFETIVAS

por Michele Ventura

Faço aniversário em junho e meu irmão em julho, para aproveitar e economizar, minha mãe sempre fazia apenas um aniversário para nós dois.

Então o bolo era grande e retangular, metade azul para o meu irmão e a outra metade era rosa, que era o meu pedaço.

Como criança, era um momento muito feliz, não me importava em dividir a comemoração com meu irmão. Brincava, pulava, me divertia. Era tudo muito mágico.

Hoje adulta entendo o real motivo da comemoração dupla. Minha família era muito humilde, e para não deixar a data em branco, juntava as comemorações.

Agora compreendo muitas coisas que vivi na infância e acho muito interessante o olhar das crianças, eu não enxergava as dificuldades que minha família passava, só via o amor e carinho que era transmitido no dia a dia.

Morava em uma rua sem saída, e todas as crianças da rua participavam, tinham as músicas infantis da época, uma mesa com o bolo, brigadeiros e salgados e refrigerantes, que já servia como decoração da festa.

FRANGO com BATATAS FRITAS

por Michele Ventura

Em uma viagem a comida típica da região era um delicioso frango assado com batatas fritas.

Ingredientes

FRANGO MARINADO

SALADA DE FOLHAS DIVERSAS

BATATA FRITA

Dedico ao meu companheiro de viagem e atual marido, Nelson Martins.



AO MEU PAI,

por José Wilson dos Santos

Ao meu pai, José Antônio

Eu gosto de uma feijoada que o meu pai sempre fazia, e eu aprendi a fazer com ele. Só que é uma feijoada diferente, é forte!

Cozinhar feijão-preto ou branco.

Coloca a rabada junto do feijão ainda cru.

Coloco abóbora e todo o tempero: cebola, tempero baiano, pimenta malagueta alho pisado no pilão.

Deixe cozinhar até cheirar aquele cheiro do cozido.

Comer junto a duas colheres de arroz cozido, um pouco de farinha.

Antes de comer eu gosto de tomar uma caipirinha para abrir o apetite! A caipirinha tem que ser de limão!

Quando eu recebo, eu sempre faço. Se estiver acompanhado com uma pessoa é melhor ainda.

AOS DOMINGOS

por Alessandro

Aos domingos a minha mãe preparava, por volta das 11h30-12h, o almoço de domingo.

Comida favorita era macarrão, arroz, feijão, frango assado e salada de maionese com uma Coca-Cola.

Eu e meus irmãos esperávamos a comida ficar pronta. Quando ficava pronta, a minha mãe chamava, ela ia fazendo prato de um por um e colocava na mesa. Nós nos reunimos e íamos almoçar. Éramos quatro filhos.

Eu sinto saudades de quando estávamos todos juntos naquelas tardes de domingo. Nós tínhamos uma televisão preto e branco de tubo, sentávamos na sala para assistir a desenhos na TV Cultura. Eu e meus irmãos íamos andar de bicicleta nos bequinhos perto de onde a gente morava.

OI, MÃE

por Alessandra

Oi, mãe, tudo bem? Espero que sim.

Queria te contar como vai o meu curso, estou gostando muito, cada aula é uma experiência maravilhosa, conheci pessoas incríveis, aprendi fazer pães e doces, está só no começo.

Mãe querida, é muito difícil ficar longe da senhora, de casa, mas ao mesmo tempo estou feliz, pois estou realizando meus sonhos. Ai que saudade de Espinosa.

Tem bolo de banana maravilhoso, irei fazer, você irá adorar.

Um beijo, fica com Deus, te amo muito!



SUSPIRO^I

No Sefras, famoso Chá do Padre, participamos dos encontros de um grupo que se formou a partir da junção de dois outros: idosos e LGBTQIAPN+.

A presença de pessoas idosas nos trouxe relatos de processos artesanais sobre como moer o milho, alimentar e matar porcos; lembranças da infância, de desenhos em preto e branco com os irmãos, os diferentes domingos de macarronada, feijoada, peixe na telha. Dona Nanci nos conta da mãe, que sempre trabalhou cozinhando e “era bem pretinha, usava um lencinho amarrado na cabeça. Eu era a sombra dela e ficava observando, ajudando, aprendendo. Quando meus irmãos têm saudade da minha mãe me pedem pra fazer a feijoada igualzinha à dela”.

DE PRA VC

por Leona Butterfly

Olá, espero que esteja tudo bem com você quando esta carta chegar em suas mãos. Espero que fique muito feliz. Eu, Leona Butterfly, estou me divertindo muito aqui em São Paulo.

Eu, Leona, agradeço muito a Deus por estar viva, já que eu sei entrar e sair em qualquer lugar, eu dou respeito para ser respeitada. Adorei conhecer o Chá do Padre, pois tem muitas pessoas boas e alimentação espetacular. Um almoço delicioso arroz, feijão, bisteca... Ah tem umas sobremesas deliciosas.

Mas nas graças de Deus, um dia após o outro. Só por hoje não estou lutando com as drogas, mas graças a Deus estou conseguindo e espero eu dê tudo certo pra quem ler esta carta.

Eu, Leona Butterfly, tenho 33 anos, sou de Minas Gerais e agradeço pela participação elegantíssima. Que Deus abençoe todos vocês.

Bjs.

QUERIDO LEITOR

por Rogério

Querido leitor, começo esta carta dizendo que espero que esteja bem e aguardo sua resposta. Há muito por contar, e hoje vamos começar onde tudo isso se iniciou. Há cerca de trinta anos havia um homem que realizava muitos trabalhos para sustentar sua família. De mecânico a serralheiro; dono de bar, ou melhor, boteco, passando por diversos trabalhos. Mas eis que surgiu a oportunidade de aprender uma nova profissão: PADEIRO. Um novo desafio, diferente de tudo que já havia feito. Eis que nasceu um padeiro com habilidade em preparar diversos tipos de pães. Com o homem nesse novo trabalho, sua família passou a comer seus deliciosos pães diariamente. Mesmo após esses longos anos, o momento em família de tomar café com pãozinho foi mantido. O padeiro de agora é outro, isso é verdade, mas o sentimento de união e partilha permanecem quando nos reunimos em volta da mesa. Bom, não vou me estender. Espero sua resposta e já adianto que tenho boas novidades.

Abraços.

O DIA QUE EU FUI PROMOVIDA

por Iolanda Ferreira dos Santos

Gostaria, de deixar gravado em algum lugar neste mundo o dia mais feliz da minha vida! O dia que fui promovida de mãe para avó.

Oh, como é difícil expressar tanta felicidade. Tenho seis netos incríveis, que eu amo muito.

Este amor é recíproco, cada um do seu jeito expressa o amor que tem por mim.

Gabriel: “Preciso ver a minha vó!”

Essa expressão vem sempre que precisa consertar roupa.

Rafael: “Eu amo cuscuz com banana da vovó.”

Lucas: “Minha comida favorita é o cuscuz com leite da vovó.”

Heloisa (minha Loló): “Quando crescer quero ser costureira igual a vovó.”

Carlos: “Vovó, quero surpresa! Gente, advinha!!! A surpresa é o cuscuz feito no funil da panela de pressão !”

O Pedro... o que falar deste pedacinho de gente que acabou de chegar e já ocupou um lugar gigante em meu coração? Não fala ainda, mas faz chamada de vídeo para fazer coraçõzinho para a vovó. Gente, se tem algo mais precioso, eu desconheço.

Aos meus netos, com carinho.

CUSCUZ de *FLOCÃO*

por Iolanda Ferreira dos Santos



Ingredientes

500	GRAMAS	FLOCÃO
1	COPO AMERICANO	ÁGUA EM TEMPERATURA AMBIENTE
1	PITADA	SAL

Modo de Preparo

Misture todos os ingredientes e deixe descansar por quinze minutos. Coloque água para ferver na panela de pressão sem o pito. Tire a ponta mais fina de um funil de plástico e encaixe no lugar do pito. Em dois minutos o seu cuscuz está pronto.

Acompanhamentos

TOMATE E CEBOLA REFOGADOS

OVOS

LEITE

MANTEIGA

BANANA FRITA DA JÚ

COSTELA

CARNE MOÍDA

FRANGO REFOGADO ETC.

*Dedico aos meus filhos e netos que amo:
Fernanda, Renan, Renê – filhos Gabriel,
Lucas, Rafael, Pedro, Heloisa e Carlos*

SALADA de MAIONESE

por Iracy

Ingredientes

BATATA PICADA

VAGEM PICADA

MILHO

OVO DE CODORNA

CENOURA PICADA

ERVILHA

AZEITONA EM RODELA

(TODOS COZIDOS)

POR FIM, MAIONESE

Modo de Preparo

Junto com arroz à grega, com legumes, ou macarronada com linguiça picada, salsicha picada também, arroz com carne moída junto, e feijão com jabá, cebola e alho. Faz uma mistura e ponto-final.

Para mim, os meus parentes e os meus patrões, pois trabalhei muito de cozinheira para os meus patrões, e restaurantes.

E fui com tudo isso.

Amém.

SALADA de MAIONESE

por Iracy

Ingredientes



Iracy

Modo de Preparo

Eu gosto muito de Maionese, com legumes de todo codorna cozido e arroz com carne moída, junto; e Feijão com ryba, cebola e alho. Faz, uma mistura e pronto, final.

SUSPIRO^{II}

Nosso último encontro no Cisarte foi diferente: aconteceu dentro da cozinha enquanto a equipe preparava o almoço.

Osmar é quem orchestra, organiza o tempo das coisas, designa tarefas, prova o tempero. Eu acho bonito quando ele descreve os primos lotando o ônibus aos domingos para irem almoçar com a avó em Maringá. Ele está acostumado a grandes panelões. Monique trabalha cantando refrãos icônicos de Whitney Houston, enquanto lava as panelas e utensílios, organiza a prateleira. Trabalha nos bastidores, fazendo um show à parte.

Francielle é quem nomeia os potes de tempero, as seções das prateleiras, as datas de congelamento. Claudia está determinada e em silêncio durante todo o preparo, cortando a couve mais fina que o fio da faca. Quando eu me aproximo, é a primeira vez que ouço sua voz no dia: Eu não preciso dizer / a couve fala por mim / essa couve faladeira.

Ronny e Ademar carregam as grandes panelas e se ocupam dos verbos: misturam, acendem, derretem, caramelizam, incorporam, fritam, realçam, montam, esquentam, empratam, servem. Ambos trazem histórias de receitas das suas casas: Ronny e o feijão baiano, que leva as carnes desde o começo do cozimento e é claro, muito coentro no fim; Ademar e as receitas mineiras que aprendeu com sua mãe, feitas no fogão à lenha no bairro da Liberdade.

Nós vamos pescando processos e histórias em meio ao som de panela de pressão, o cheiro de açafrão e moela. O fim do encontro não poderia ser melhor: um banquete. Depois de todo o trabalho a recompensa é imediata. Arroz, feijão, moela e farofa de couve. Primeiro um silêncio total. Estamos sentindo o açafrão acariciar a língua, ouvindo a crocância da couve desde dentro da boca. Depois o silêncio se rompe com as risadas e estamos mais felizes do que nunca.



Foto: Wellington Almeida

PRATO *BAIANO*

por Ronny Ribeiro

Ingredientes

FEIJÃO-TROPEIRO COM CHURRASCO

OVOS FRITOS COM CUSCUZ

SALADA DE BETERRABA, CENOURA E CEBOLA

Modo de Preparo

Cuscuz

Coloque farinha de milho, adicione pouco de água e sal. Descansar um pouco. Depois coloque no cuscuzeiro e leve ao fogo por dez minutos.

Ovos

Coloque gordura na frigideira e, seguida, quebre os ovos e frite a gosto.

Salada

Corte a cenoura, beterraba e cebola e depois tempere a gosto. *Obs.: todos sem cozinhar.*

Churrasco ou fritas

Tempere a carne a gosto, pode ser só sal e alho.
A linguiça não precisa temperar.

Feijão-tropeiro

Todas as carnes, cortar pequeno.

Frite carqueja, toucinho, linguiça, bacon pouquinho óleo.

Acrescente cebola, coentro, alho, pimentão.

Depois coloque tudo no feijão-fradinho cozido com alho e coentro espere esfriar um pouco e Coloque farinha de mandioca. *Obs.: não usar sal.*

Bom apetite

P.S.: Faltou colocar coentro no cuscuz.

CORTAR A COUVE

por Péle Balero

Cortar a couve
como quem ouve
o milagre do silêncio
mão de tigre
corte transversal
dobrar o alimento
cortando bem fino
multiplicar
afiar a faca

Eu preciso fazer essa couve render
é um trabalho importante de muita tensão
Se eu não prestar atenção corto o dedo fora.
Cozinhar com arte e respeito
Por quem plantou
Por quem comprou
Por quem vai comer

Eu não preciso dizer
a couve fala por mim
essa couve faladeira.



ESSA
COUVE
FALADEIRA

ESSA
COUVE
FALADEIRA

ESSA
COUVE
FALADEIRA



PEIXE ASSADO na TELHA

por Marcos Elisio

Modo de Preparo

Primeiro faz o tempero e põe o peixe por uns vinte minutos.

Embalar no papel laminado e levar ao forno por uma hora e meia de cada lado do peixe.

Fazer um arroz a vapor, fritar umas batatas e retirar o peixe e colocar em uma telha e está pronta a refeição.

O peixe deve ser Badejo, Vermelho ou Guaiuba. Só tem a espinha dorsal.

TARRAFA

por Elcio Simplício Filho

Linha, anzol e rede
Mar, horizonte e peixe
Tarrafa
Tambaqui, lambari e cardume
Tempo de temporada
Vento de nova maré
Deck, Porto, Enseada
Tarrafa
Lançado de pé a pé
História de tradição
Mau uso e proibição
Tarrafa

OI, PESSOA TUDO BEM?

por Zilda Rodrigues Soares

Oi, pessoa tudo bem?

Desde sempre que me lembro de você lembro de todo seu molejo com os temperos, aromas, grãos, me lembro de você em pé na frente do seu fogão vermelho, e eu pequenina esperando ansiosa pela aquela delícia que iria sair daquela panela forno. Ah... consigo até lembrar do gosto e do seu sorriso em preparar para nós.

Nunca me esqueci dos momentos especiais, do bolo que fiz apenas para nos alegrar com cobertura rosa como fiquei feliz de provar seu delicioso bolo rosa, seu bolo de milho onde todos rolávamos as espigas.

Hoje passo seus dons para seus netinhos, cada um com seu jeitinho, mas saibas que um tem o seu dom. Aquele que transformava um simples prato em um banquete e que neste banquete estava toda sua forma de nos amar.

Aprendi que toda a forma de cozinha é uma forma de amar.

Forma de amar a nossa família, parentes e amigos.

Mãe, hoje eu levo a minha forma de amar para a minha família, amigos, parentes e clientes com uma profissão e minha frase é: Cozinhar é uma forma de amar. Passar esta forma para todos com carinho.

De sua Tuca sempre.

A Sallenha

por Félix



Origem na cidade de Salta (Argentina) empanada feito no forno com recheio salgado, melhurado e calda gelatinosa, massa doce, tem seu jeito do comer no café de manhã, acompanha locoto (maturo de Bolívia) pimenta o dedo de moça e refrigerante natural (Refresco de Mocon-chinchi) péssago desidratado.

ALIMENTAÇÃO

por Sozé

Desde que eu nasci só tenho que falar, elogiar, escrever e bem deste assunto até hoje, pois foi o que me manteve vivo e está muito bem me mantendo “Alimentação” quando nasci lá em casa já tinham papai, mamãe, Cacilda, Angelo, Sergio, Amélia, Glória e eu recém-nascido, “alimentação” nunca faltou, essa era a preocupação dos meus pais, lá em casa no quintal uma horta, couve, alface, almeirão, quiabo, jiló etc., uma mangueira sempre todo ano carregada de mangas, bananeiras, laranjeiras, mexeriqueira, fruta-do-conde, abacateiro sempre carregado de abacates, goiabeira além de ter lá no quintal de casa, nos fundos um goiabal, as vezes por causa da aventura eu e meus irmãos preferíamos o goiabal, era goiaba demais, sô.

Aí era eu crescendo e os outros irmãos só chegando; Fernanda, Idalina e Conceição para fechar, e a preocupação dos meus pais era é a claro a nossa “alimentação” ; meios-irmãos mais velhos começaram a trabalhar para ajudar com o que tínhamos no quintal, legumes, frutas, hortifrutigranjeiros, galo, galinha, água não faltava, cisterna na ponta da cozinha, pássaros da terra, cutelinhos cantando é claro para eles também tinha “alimentação” e assim fomos crescendo, estudando, alimentação nunca faltou.

Aí eu fui embora de Ponte Nova e tive que sair para trabalhar, dezessete anos que trabalhei, voltei, fiquei lá um ano, fui para mais longe, Patinga-Minas Gerais. “Alimentação” nunca faltou, fui embora de novo, aí eu virei um João do trecho, trabalhei em várias empresas de alojamento, “alimentação” não faltava, desperdício sim, era tudo livre gabei dinheiro sim, só que gastei tudo aí veio a vulnerabilidade, situação de rua.

Eu já estava em São Paulo, vagas nos abrigos era difícil, davam quando queriam, enquanto estive na calçada, tinha que correr atrás da “alimentação” onde eu ia tinha alimentação café da manhã, banho, almoço e janta, dormir era na calçada no papelão, “alimentação” às vezes vinha onde eu estava, eu preferia correr atrás, aí me veio vagas nos abrigos passei por vários, café da manhã, almoço, banho, janta e dormida, tive que administrar minha vaga nos abrigos por causa do banho, dormida e “alimentação” e assim o fiz.

A alimentação é importantíssima, e para nós quando estamos em situação de rua, é mais ainda, só que temos até opções de comunidade podemos escolher nossos locais de “alimentação”, abrigos, boca de rango, se tiver um real vai no Bom Prato nós não podemos é ficar sem “alimentação”, são vários horários, nós podemos escolher sem alimentação ficar nós não ficamos.

Eu gostei e muito de escrever este assunto.

BOM DIA

por Osmar Rodrigues Costa

Bom dia.

Eu, Osmar, gosto de cozinhar arroz, feijão, massas.

Bom é bisteca.

Arroz, ovo, contrafilé é um prato de casa.

Minha família é do Paraná, quando está reunida é muito bom.

O Paraná é bom, comida que não acaba mais.

Gosto muito de doce: mousse de maracujá, pavê de bolacha, tiramisù.

Tudo é bom demais.

Obrigado a todos.

PESCADA BRANCA à MILANESA

da Eulina Fernandes da Silva

ou “Peixe: comida preferida”

por Djalma

Ingredientes

FARINHA

SAL

LIMÃO

TEMPERO BAIANO

ALHO

Acompanhamentos

ARROZ

FEIJÃO

MACARRÃO

SALADA (ALFACE, TOMATE)

BATATA FRITA OU PURÊ

A ocasião

Quando dava vontade de comer, tinha dinheiro e ia à feira – porque comprava sempre na feira.

Amém.

III

SUSPIRO

A carta é um formato que contém a palavra essencial. Nada dela sobra e também não falta nada.

Quando proposta, a carta faz acender nos olhos do remetente – quem envia – o rosto do destinatário – para quem a carta é escrita.

Foi assim que se tornaram presentes nos nossos encontros muitas pessoas que não estão mais aqui, mas foram apresentadas ao grupo.



SUA FILHA RITA PARA A MÃE LAURA

por Rita

Minha mãe se chama Laura, é uma mãe querida que cozinha muito bem.

Ela faz arroz, feijão, carne de panela, jiló, mandioca, que se chama “vaca atolada”, eu gosto muito.

Todos os domingos ela faz um almoço bem gostoso: carne assada com macarrão e farofa, e a família se reúne para o almoço.

Ela faz pão caseiro, arroz-doce, doce de abóbora e bolinho de chuva.

Eu tive uma infância boa, com as minhas irmãs eu gostava de brincar de boneca. Eu e minha irmã íamos para a escola e quem nos levava era a minha irmã mais velha. No Dia das Mães, quando eu estudava, eu gostava de fazer homenagem para ela.

Eu amo muito minha mãe Laura.

Sua filha.

HOMENAGEM QUE **ESTOU FAZENDO PARA VOCÊ**

por Rita

Homenagem que estou fazendo para você, que eu te amo, meu coração é cheio de amor por você e é para você não se esquecer da sua mãe, da avó Dona Laura e do seu padrinho e da sua madrinha.

O Vitor gostava muito de você. Você era o amigão dele.

O seu colega Leonardo também gostava muito de você

Lembro de você todos os dias, eu te amo de coração.

O que o Lauro fez para você foi muito bonito, eu estava triste, mas o Lauro me deixou bem porque vi que ele cuidou de você agora você está com Deus que é seu pai maior e está perto do seu pai José de Lima, sua tia Maria Rita e Leandra com todos os seus primos e tios.

Amor do meu coração eu te amo e não vou esquecer de você nunca.

Sua mãe.

OI, VÓ CELESTE

por Helena

Oi, vó Celeste,
Como estão coisas aí em cima?
Eu te imagino menina, correndo em um jardim florido.
Quando você encontrar com o meu pai e minha mãe,
manda beijos e diz que estou com saudades.

O Tuttão tem uma filha linda, e tento ser para ela o que
você foi para mim.

Tento ser apenas avó.

A avó que faz coisas gostosas, que senta para conversar.

Que tenta entender como é ser um adolescente.

Que sabe ser condescendente com algumas atitudes e
sabe repreender quando julga necessário.

E de tudo o que a vida tem reservado para mim, acho
que o mais marcante foi o seu exemplo de pessoa.

Tenho saudade de estar perto de você, mas tenho certeza
de ter dado sempre meu melhor como neta.

Que eu sempre tenha discernimento para ser uma boa
avó como você sempre foi. Um grande beijo e todo o meu
amor.

BOA TARDE, MÃE

por Miriam Regina de Oliveira Lobo

Boa tarde, mãe.

Hoje senti sua falta, como de costume, cada dia fica um pouco melhor, mas na verdade tento fugir dos nossos hábitos para conseguir seguir em frente.

Hoje consegui expressar sentimentos de alegria com nossas lembranças sem chorar.

Hoje consigo ver o quanto foi importante cada bronca, foram poucas, mas me tornaram quem sou.

Hoje vejo como o seu olhar foi me direcionando sem dizer uma palavra.

Hoje não seguro a sua mão, mas consigo sentir seu calor em cada momento que me sinto aflita.

Hoje não caminho mais sobre sua sombra, mas sinto uma brisa cada vez que fecho os olhos e penso em ti.

Hoje entendo que o tempo foi mais que generoso, vivemos momentos bons, ruins e muito bons, tempo suficiente para se viver o que foi necessário.

Hoje lembro com muita saudade, mas apenas o que nos fizeram sorrir...

De sua filha com carinho, Re.

OI, MENINA ZANA

por Zana Nascimento dos Santos

Hoje eu quero relembrar o tempo da bacalhoadada da nossa mãe.

Você se lembra? Você se lembra dos domingos de Páscoa quando ela preparava para toda a família o bacalhau e o quiabo?

Lembra-se do último? Naquele dia só faltou o ovo de Páscoa que o papai prometeu comprar na segunda-feira após fazer um bico que daria o dinheiro.

Mas naquela tarde, depois do almoço, as discussões com o vizinho sobre o terreno começaram. O vizinho chamou o papai para a rua.

Você lembra que implorou para ele não sair, você tentou impedir segurando ele, você até desmaiou de tanto gritar para ele não sair. Quando você conseguiu ir para a rua, ele já estava caído e quando o levantou do chão todo o sangue explodiu em seu peito.

Daí para a frente, a Páscoa, o bacalhau, a Semana Santa perderam o sentido. Mas hoje eu quero te falar que esse ano eu consegui ir para a igreja comemorar a Páscoa com os meus netos. Eu sei que doeu muito, e você sofreu bastante, mas estamos voltando, tentando entender que não foi a Páscoa, foi a maldade.

Eu cuidei da nossa mãe por muitos anos, dei muito trabalho, mas também dei muito amor, mais do que eu dei para mim.

Ela até voltou a fazer a bacalhoadada outras vezes, mas tinha uma dor dentro dela o tempo todo. Eu sei que ela só suportou para ver eu e a minha irmã crescer para ir embora. E assim foi. Ela só sobreviveu, nunca mais foi feliz. Ela se sentiu culpada por ter sido seu sobrinho o assassino do papai.

Depois de quatro anos do assassinato voltei a morar lá, onde tive os dois filhos mais velhos, a Jessica e o Rodrigo, que é a cara do meu pai e é tão perdido quanto meu pai já esteve.

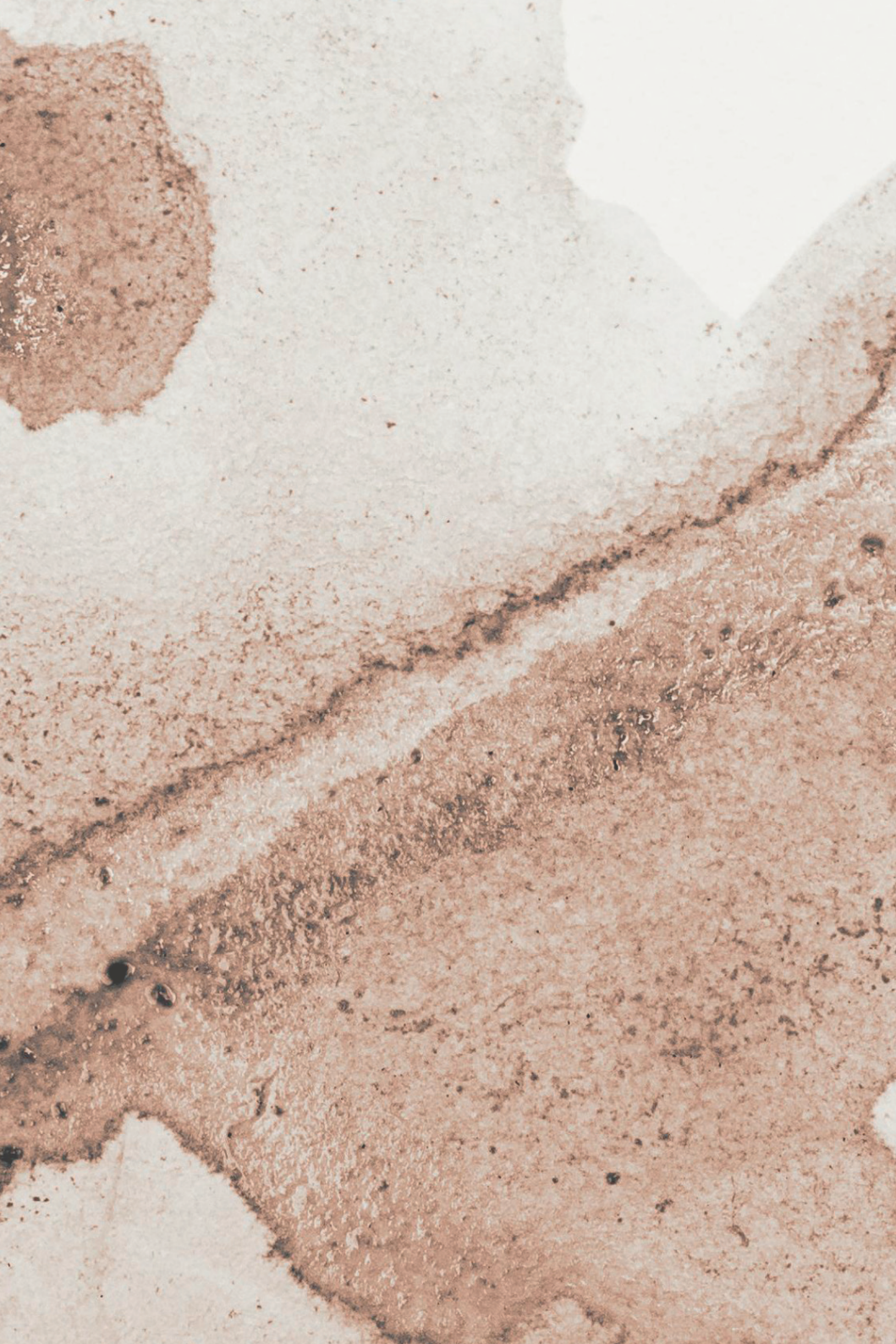
Quero te contar, menina, que eu tive o Rodrigo, a Jéssica e o Marcos, que hoje em dia é a Mavi, são o meu tesouro.

Eu continuo lutando e não vou desistir, eu ainda serei muito feliz e vou realizar os sonhos que você tinha.



SUSPIRO^{IV}

No fim do primeiro encontro no Pão do Povo, quando nos sentamos para escrever na longa mesa para 25 pessoas em frente à cozinha do primeiro andar, era hora de preparar a janta, e os cozinheiros cortavam quilos e quilos de cebola. O cheiro ia inundando o ar. Todos choravam, era impossível conter as lágrimas – também impossível identificar sua origem: cebola ou lembrança.



RECEITA do *BACALHAU* com QUIABO da Dona Benigna

por Zana Nascimento dos Santos

Ingredientes

1 QUILO BACALHAU
1 QUILO BATATA
1 UNIDADE PIMENTÃO VERMELHO
1 UNIDADE PIMENTÃO AMARELO
LEITE DE COCO
AZEITE
AZEITE DE DENDÊ
CEBOLA
ALHO
TEMPEROS A GOSTO

Modo de preparo

Temperar o bacalhau na panela, cozinhar as batatas pouco.

Quando o bacalhau começar a criar fervura e os temperos amolecerem, colocar as batatas para cozinhar junto.

Por fim, colocar o leite de coco e o azeite de dendê a gosto.

Em outra panela faz o quiabo com tomate, cebola, alho, bem sequinho ou com baba mesmo.

Na hora, servir com arroz.

É delicioso com salada de alface e cebola.

Esse é o prato que minha mãe fazia na Sexta-feira Santa e sempre tento repetir.

FEIJOADA de DOMINGO

por Marcus Vinícius Alves dos Santos

Liguei para minha mãe e perguntei:
“Qual o tempero do seu feijão?”.
Ela mandou comprar:

Ingredientes

COENTRO

CEBOLA

TOMATE

PIMENTÃO

ALHO

COMINHO

COLORAU

CALDO KNORR FEIJÃO

Ela continuou dizendo:

Modo de Preparo

– Faça cortagem do tempero em cada, dois de cada ingrediente.

Pedi para comprar carne-seca e teria que fervê-la antes e cozinhar a carne primeiro, depois colocar na panela de pressão. Outras carnes que ela pediu para comprar:

BACON;

CALABRESA;

CARNE DO SERTÃO;

CARNE DE BOI.

Disse que tinha que catar o feijão e colocar todos os ingredientes acima juntos e deixando a panela de pressão por vinte minutos.

Moral da história: ao morar e me sentir cozinhando sozinho pela primeira vez, senti, mesmo por ligação ao falar com a minha mãe, o mesmo tempero.

RECEITA de NHOQUE

por Nanci

Ingredientes - Massa

2	QUILOS	BATATA GRANDE
6	XÍCARAS	FARINHA DE TRIGO
3	UNIDADES	OVOS INTEIROS
1	COLHER	MANTEIGA (BEM SERVIDA)
SAL A GOSTO		

Modo de Preparo

Cozinhar a batata e espremer com o espremedor. Depois, colocar uma colher bem servida de manteiga, coloca o ovo e a farinha e o sal para sovar a massa muito e deixa ela descansar por quarenta minutos, cobrindo com um pano úmido para não ressecar.

Depois enrola a massa e vai cortando feito um travesseirinho do tamanho de uma falange.

Numa panela grande ferver água deixando três dedos da borda. Incluir sal na água e óleo (um fio). Em outra panela, fazer o molho.

Ingredientes - Molho

1	QUILO	CARNE MOÍDA
4	FRASCOS	MOLHO PRONTO DE TOMATE
1	UNIDADE	SALSA PICADA
1	PITADA	AÇÚCAR
1	TANTINHO	LEITE
	ALHO	
	CEBOLA	
	ÓLEO	

Modo de Preparo

Com pouco óleo, frite a cebola, o alho, a carne moída e a salsa para fritar. Depois, coloca o molho de tomate. Coloque um pouquinho só de açúcar para não ficar pegando e pouco sal no molho. Coloque um pouco de leite para o molho não ficar picante e vai experimentando até ficar bom.

Por último, coloque o queijo ralado a gosto. Colocar no pirex, primeiro o molho e conforme vai fervendo o nhoque vai misturando no molho.



HOLA MI REINA HERMOSA

por Yeraldin Lenis

Hola mi reina hermosa sabes quisiera decirte tantas cosas te amo y te extraño mucho siempre me acuerdo de ti de todo lo que pasamos juntos como familia y siempre estaré orgullosa de ti y le doy gracias a Dios por haberte dado a nosotros como madre. El día que me dijeron que te nos estabas yendo pensé que era mentira nunca me había dado un dolor tan fuerte como cuando me dieran la noticia quería desaparecer pero Dios me ayudó como quisiera yo que fuera un sueño desde que yo te vi fuiste mi primer amor más grande y puro nunca me dejaste sola en nada cuando nació tu nieto eras la mujer mas feliz del mundo como quisiera que Dios me conceda verte.

Tu me dijiste que no te ibas a ir que siempre ibas a estar com nosotros, pero esse maldito câncer terminó contigo... toda la vida te amaré.

Te amo madre.

NESSE DEPARA DO MUSEU *É INTERESSANTE*

por Andreia Oliveira da Costa

Nesse DePara do museu é interessante, ao mesmo tempo tenho muita dificuldade de me expressar, mas consigo me expressar em curtas palavras.

Tenho três filhos e sempre dediquei minha vida a eles, deixando para trás o sonho de uma faculdade. Depois de todos criados, consegui o ano passado me formar em Gastronomia, sou apaixonada por cozinha.

Até hoje tenho os meus amigos da faculdade.

Me dou bem com todo mundo. Gosto de todos.

Quando o professor passava uma coisa eu compartilhava o meu conhecimento com as pessoas.

Na vida tem campo para todos, oportunidade para todos. Tem gente que não divide receita. Tem segredinho.

Quem me vê não tem ideia das coisas que eu já passei.

CREPIOCA

por Andreia Oliveira da Costa



Ingredientes

2	COLHERES	POLVILHO DOCE
2	UNIDADES	OVOS INTEIROS
1	PITADA	SAL
1	PITADA	ORÉGANO

Modo de Preparo

Bater tudo e levar à frigideira.

Recheio

Queijo e presunto.

FRANGO AO MOLHO

por Monique Lohan da Silva Cardoso

Eu gosto do frango ao molho porque eu lembro muito da minha mãe, ela sempre faz frango ao molho. Você sabe que uma mãe quando faz comida é de coração.

Macarrão: adoro macarrão com carne ou frango.

Peixe: adoro peixe, moqueca de peixe.

Paella: me lembra muito quando eu estava na Espanha, o meu ex-namorado me ensinando.

SANCOCHO

TRIFÁSICO

colombiano

por Yeraldin Lenis

Ingredientes

POLLO
HUESO DE RES PESCADO
PAPA
PLÁTANO VERDE
YUCA
CILANTRO
CEBOLLA
RICOSTILLA
MAIZ
ZANAHORIA
AHUYAMA
PIMENTON
AJO
ÁGUA
CALOR

Modo de Preparación

El tiempo de cincuenta minutos a una hora.
El pescado va de último.



SUSPIRO^V

“A palavra é o pão da vida.”

Edson nos recebeu com essa frase no Cisarte, e ela ilustrou perfeitamente o que vínhamos fazer ali: pensar palavra, pão e vida. Nos reunimos sempre em volta da mesa, com exceção do último encontro, quando entramos na cozinha enquanto a equipe preparava o almoço e pudemos observar ao vivo aquilo de que vínhamos conversando havia semanas.

MARIA DE FÁTIMA DA SILVA

por Geraldo

Maria de Fátima da Silva,

Eu quero te desejar muito bem. Nada paga o que você fez por nós. Eu sou frequentador do Chá do Padre. Faz oito anos que eu frequento, no começo só tinha chá. Eu tirei primeiro lugar na Caixa Econômica. Muitas coisas que aprendi... A vida da gente muda muito, hoje agradeço muito a Bia, Seu Francisco. Educação cabe em qualquer lugar.

Eu ainda gosto muito do feijão da nossa mãe, com bastante alho, bem mineiro. Aqui não tem muita pamonha como a gente comia lá, feito em forno à lenha aqui é mais feito cozido.

A nossa família era muito unida, se matasse um porco dividia com todo mundo. A vida na roça era assim. Hoje em dia é diferente.

Eu conheci o pessoal do DePara, e o uniforme delas lembrou o meu trabalho de entregador de jornal. Os uniformes são parecidos.

No campo a vida era sofrida, mas em São Paulo mudou um pouco.

Aqui das comidas que eu como eu mais gosto são o frango e o picadinho, mas toda comida é boa.

Um abraço para todo mundo.

Estou aqui com saúde e felicidade.

OI, EU ESTOU FELIZ ESTA TARDE

por Jhovanni Machado Dorantes¹

Oi, eu estou feliz esta tarde de compartilhar aka en du Chá du Padre com muita genchis maravilhosas, com muita alegrias por boas amistayes DePara sentindome muito legal com todos vocês.

Me da um bonhitinho pracer participial sempre la estou passando muito bem aka em este lugal citio que es muito maravilhoso i muito bom nossa aka eu guste del personal lindo genial i muito estupendo en realidayes mesma obrigado genchis belas a todo das personas de bon corazon.

¹ É estrangeiro e, por isso, escreve em portunhol.

NÃO PARA DE ESCREVER

por Fabiano Aparecido Gomes

Não para de escrever sobre sua vida de altos e baixos, mas não se esqueça de que Deus cuida de todos nós.

Estou com muita saudade de minha família, pois a distância machuca e é doloroso, pois você não tem quem você quer por perto.

Passei tantos anos preso, e parece que agora estou preso no tempo, sofrendo a era da saudade da distância da família. DePara não tem parada, lança seus livros, suas histórias e sua fome por literatura, são pessoas maravilhosas que se dedicam à literatura.

Sei que em breve vou partir, mas estarei preso de saudade de vocês.

Saudações. Espero que estas palavras fiquem no seu coração. Pois a saudade é muito triste, pois as coisas não são do jeito que a gente quer.

Isto é o (que) consegui escrever e lembrar que ler dá uma fome de literatura.

EMOÇÕES I

por Nanda Ferreira

Podemos ter a idade que for, podemos ter vivido diversas experiências ou não!

Mas se tem algo que sempre estamos descobrindo são as emoções!

Por que um alimento, um prato, um cheiro nos trazem tantas emoções?

Seria o fato de querer ter de volta aquele momento?

Lembrar, recordar, reviver!!

Sim!!

E podemos nos transportar no tempo e que bom é isso!!!

Reviver momentos, sabores, prazeres!

A emoção revivida é tão presente que a nossa mente pode até achar que está novamente naquele dia!

As imagens ficam vividas!

A alegria resplandece no rosto, e principalmente no coração.

Assim são as emoções!!

MINHA MÃE JÁ PARTIU

por Luiza Vieira da Silva

Minha mãe já partiu e eu não pude ver ela, nem eu e nem meus filhos.

Espero e eu creio que ela está com Jesus, é tudo que eu quero.

Eu vi, foi muito forte, eu vi ela num trono azul com branco do lado de Jesus. Eu vivo em oração e o meu pensamento é só em Deus e em Jesus também. Eu vivo orando pelos meus filhos e pelos filhos de Deus, que são meus irmãos também.

Minha mãe cozinhava no fogão à lenha, era feijão com aquelas coisas de gado dentro, quando estava pronto, ela botava cheiro-verde e a cebola dentro.

Me lembro muito da comida dela e muita gente diz que eu pareço com ela. Ainda bem que eu pareço com ela. E eu sei cozinhar igual a ela.

BOM DIA

por Edson

Bom dia,

Hoje eu estou aqui falando sobre minha saudade da minha esposa que faleceu em 2005 de câncer. Até hoje eu amo ela e não consigo esquecê-la.

A vida da gente segue.

Aprendi muito a segurar na palavra de Deus.

Em 2005 ela faleceu com câncer.

Eu tenho inúmeras dificuldades na minha vida.

Eu preciso muito do amor do próximo.

Nunca vou me esquecer de Josimara, minha esposa que mora no meu coração.

Eu sou um cara feliz.

Nunca desista do que é seu objetivo.

Eu nunca vou desistir do meu.

E a Bianinha, claro, nunca vou esquecer minha filha.

Após o DePara eu estive muito feliz, porque eu conheci o pessoal da literatura do Museu da Língua Portuguesa. Sou grato, muito, por ter vocês aqui comigo. Cada dia. Muito obrigado.

A palavra é o pão da vida. Sem ela não somos nada.

Nunca percamos a esperança.

Se você tem bom ânimo você vai vencer.

Não desista na primeira caída nem na terceira nem na quarta.

Porque você vai ser um vencedor. Porque eu fui.

MEU PRATO

por Renato da Silva Baldassarini

Meu prato
cardápio
Arroz branco
Feijão-preto
Picadinho de carne
Salada de tomate, cenoura e alface
Ovo cozido
Modo de fazer?
Como fazer?
Onde eu acho?

Meu prato do dia é o tradicional picadinho, nunca me imaginei sentir vontade de comer algo e não ter, nem saber onde achar, a quem pedir. A fome é uma dor que não se preenche com palavras, comer é essencial para viver.

Após ter passado por inúmeros acontecimentos como assalto, incêndio e até espancamentos, me vi na rua com fome depois de ter tido oportunidade de viajar o mundo todo e conhecido a culinária de vários países, do mais sofisticado ao mais tradicional. Uma alimentação feita com muito carinho, amor e dedicação combinando os temperos agrada a qualquer paladar, sacia a fome, traz energia para levantar e RECOMEÇAR.

Hoje eu sendo administrador de empresas descobri que minha missão é cozinhar e entregar e ajudar a população em estado de vulnerabilidade, pois eu sei, eu vivi, aprendi o quanto tudo isso é importante para seguir.

EGRESSO

por Maicon Costa de Almeida

Bom hoje eu estou meio triste por não ter alguém para contar, apenas tristeza no meu coração. Aqui é um lugar muito vazio e a saudade na direta vem me visitar apenas lembrança de quando eu era realmente feliz.

Hoje não teve banho de sol e as discussões voltaram a ser frequentes, alguns companheiros com a mente mais fraca não entendem o que é a cadeia e sempre se depara em ideias, e de novo tenho que opinar na vida dos outros e a cobrança do mesmo é mudar de cela. Quem sabe em outra família ele aprende a respeitar o espaço do outro. E o que me deixa mais triste é o descaso da sociedade com os egressos, pois não temos assistência nenhuma, somente três refeições, que de tão pouco, se juntasse as três não dava nem uma. Quando estamos doentes, os funcionários mostram uma madeira a chamando de Dipirona. Por isso o sistema prisional não regenera ninguém, apenas cria monstros.

Mas mesmo assim, os companheiros são unidos. Muitas das vezes repartem o sabonete com os que não têm visita, ou dividem um pedaço da toalha.

Bom, amanhã vou fazer meu corre, no banho de sol pegar os saquinhos de leite e esticar para fazer o varal e vender para quem tem visita. Assim já garanto um kit de higiene.

Também não posso me esquecer de fazer a perereca¹ para esquentar a comida da visita. Preciso juntar no mínimo vinte bandecos para começar a fazer a resistência e me esquecer deste lugar que é muito negativo. Eu não sonho há muito tempo, só tenho pesadelo.

Gosto de me sentir prestativo, ajudar os outros. Os parceiros me chamaram para ajudar a trave do jogo de futebol, só que só tem trinta garrafas pet, mas precisa de no mínimo quarenta.

Nossa já estou me sentindo bem melhor, pois as atividades artesanais só fortalecem a minha autoestima.

E aí, irmão, missão dada, missão cumprida. A trave do gol ficou melhor do que imaginamos. Os companheiros já começaram a elogiar, pois sabiam que o campeonato lá dentro estava prestes a começar e o futebol dentro do presídio é a terapia mais importante. Pois é uma forma de se libertar dos pandemônios que te infringem em um lugar ruim.

Bom, meu parceiro, rotina de cadeia você sabe como é. Quem não tem visita tem que usar a criatividade para se manter neste lugar.

Segunda-feira sem lei no sistema, o que significa que no dia quem deve tem que trocar ideia quem não deve, normal, pois a condução não para, também segunda-feira é dia de dobrar a atenção, pois é dia de blitz e nós nunca sabemos o raio que será sorteado. E o procedimento do GIR é desproporcional e desumano, pois somos tratados como cadáveres ambulantes. São muitas as torturas psicológicas e físicas sofridas pelo GIR, mas isso não abala nossa mente. Só temos Deus de nosso remediador, pois nosso anjo da guarda está mais ferido do que nós. O primeiro barulho de quando você

1 Um tipo de resistência utilizado para esquentar a comida.

acorda é de gás lacrimogêneo explodindo no seu ouvido e na sequência cachorros raivosos loucos para te ferir com dentadas. E as palavras que vem dos agressores é que fiquemos pelados sendo chamados por demônios. O grito do GIR no português claro é “descasca demônio”.

É, meu mano, é bom passar a borracha na podridão do sistema e voltar ao nosso dia a dia no sistema. Semana passou tranquilo, sem nenhuma novidade e, enfim, sexta-feira, dia dos preparativos para a visita e todos ansiosos porque está tendo maior bafafá porque estão dizendo que a visita vai ser brecada devido a um tal de Coronavírus e realmente é preocupante, pois vários do mundo estão falecendo. Enfim, já está para dar dezesseis horas e o funcionário pediu para os faxinas² encostarem perto do guichê que o diretor vai passar um comunicado para todos. Quando nos reunimos, o diretor chegou na gaiola e passou que era ordem da SAP que todo o sistema ficaria sem visita devido à pandemia estar se espalhando e matando várias pessoas no mundo afora.

Na primeira semana foi normal a entrega do Sedex e jumbo, já na segunda semana que a pandemia começou a pegar força, ficamos todos isolados nas celas usando máscaras para ir ao banho de sol. É, meu bom, como sempre o inevitável acontece, funcionário doente vai e contamina preso na enfermaria e rapidamente o vírus se espalhou deixando vários companheiros doentes e todo dia a faxina gritava: “Ó, o PS, ó, o PS”, pedindo socorro para os que estavam na cela sentindo falta de ar e os outros sintomas que você já sabe. Imagine você estando confinado e só pedindo para Deus mais um dia de vida, pois todos ao lado estavam fican-

2 Faxinas são responsáveis pela faxina do pavilhão, pela comunicação com os guardas e pela distribuição dos alimentos fornecidos pelos funcionários da unidade.

do doentes e sem apoio nenhum. O único remédio era Paracetamol. E devido à negligência, muito idosos chegaram a falecer, assim como outros que já tinham outras doenças. Em meio ao caos sua mente fica abalada, mas não pode deixar de acreditar que você vai passar pelo vale das sombras da morte. E como meu anjo da guarda está ferido, sem me tocar, fui atingido pelos mesmos sintomas de meus companheiros – muita febre que chegou a estourar os lábios, olhos inchados, não conseguia comer. Ainda assim pedia para Deus ter piedade dos meus pecados. Ali, eu pressenti que ele estava perdoando meus pecados, pois tive a graça de me recuperar só com Dipirona. E nas minhas orações eu pedia muito pela minha família e pela saúde dos meus companheiros, pois já fazia dois meses que não víamos as visitas. Com o tempo tudo, foi melhorando e as coisas voltando ao normal. As transferências para o semiaberto, as visitas liberadas aos poucos e a rotina se estabelecendo novamente. Eu levo em minha reflexão de que todos que passaram a pandemia são sobreviventes, significa que a sua missão na terra ainda não acabou, está só começando. E o que eu quero dizer com isso é que eu fiz muitas escolhas erradas e gastei meu tempo, o que me levou para o sistema, mas tive a graça de aprender a lidar com meus erros e frustrações. Sinto prazer de viver longe do crime e de tudo aquilo que me faz mal. Não deixe de acreditar que você é capaz em nenhum instante. Entendeu, meu parceiro, a vida é bela demais para ser desperdiçada de forma tão trágica e dolorosa para você e sua família. Vou deixando um forte e sincero abraço para todos tanto junto e sempre estaremos.

Dedico este texto às minhas menininhas, Maria Eduarda e Miriam.

GUETOFLUTEBOX

por Victor GuetoFluteBox

Quem somos nós, o reflexo de literatura latino-americana. Nunca será pelo ego ou vaidade, o propósito real é fazer as crianças tirarem a mão da arma, a cultura salva. No céu as crianças confundem as estrelas, mas é bala do sistema opressor que mais mata entre vielas. Vou andando transformando minha quebrada em realidade literária.

Obrigado, Luiz Gama, por tirar as correntes da ignorância, poesia não é para entender é para incorporar, entender é uma parede seja uma árvore.

Bendito aquele que semeia livros, a mão cheia e faz o povo pensar o germe na palma da alma, a alma da chuva que faz. Viva a América Latina! Obrigado, Carolina, por vasculhar o lixo atrás de livros. A culpa é de quem? Até quando o sangue dos meus vai escorrer nas balas? Entre becos e vielas vou andando transformando minha quebrada em uma realidade literária de origem da margem.

Valorize as raízes, para ser família precisa ter só mais um pouco de sintonia.

Obrigada, Maria Teresa, Gato Valdo, Parente, Bia, Camila, Wilson e todos que acreditam no sonho da trilha GuetoFluteBox.



Foto: Wellington Almeida

AO MESMO TEMPO QUE VEJO O MUNDO ACABAR

por Winona Alves Corrêa

Ao mesmo tempo que não vejo o mundo acabar, sinto dor.
Fugi do mundo que tentava me matar, mas ainda sinto;
Enquanto tudo está parado vosso coração lateja.
Gritou de desespero,
Que não aguenta tamanha incerteza;
Exclamou, cantou.
Cante!
Escreva!
Veja, é isso! Nada e Nada Além Disso;
Viva!
Quem estará por você agora que você vive sozinho?
O lugar da vida é meu e único;
Beba!
Coma!
E chore enquanto você é vivo.
O lugar da vida é seu e é único.
Ao mesmo tempo que vejo o mundo acabar... Ainda vivo.

VI *SUSPIRO*

O grupo do Pão do Povo é formado pelos estudantes de confeitaria e panificação. Ali, todos de camisetas amarelas, não se vê de primeira como as histórias são sensíveis, como o grupo oferece suporte e silêncio para ouvir os relatos trocados, como cada pessoa integra o grupo por um motivo, que caminho percorreu até chegar nesta sala.

Mesmo que as técnicas estudadas no curso exijam precisão, as receitas que compartilhamos na roda são principalmente de origem caseira. Juciara apresenta a torta de banana da Dona Tita assim: “Fica aqui a receita, caso você queira experimentar um pedacinho da minha infância”. Caseiro neste livro é literal: aquilo que se faz em casa, ou, na definição de Paulo Leminski de que “Amor é pão feito em casa”.

COISAS DE MAMÃE

por Lice

Todas as tardes nos reuníamos à volta da mesa, e o detalhe era o bolo e não podia ser o bolo preto, pois não gostava de chocolate. Nossa rainha era exigente, gostava de casa cheia e mesa farta. Às vezes, tinha “café de dedo” que não tinha lanche nem bolo só o café mesmo então todos da família aderiram ao meme “café de dedo”, pois era apenas uma xícara de café.

Hoje relembro nossas brigas, conselhos, risadas, carinho, no toque de uma vida que se findou com alegria de ter você mãe até completar quase 101 anos.

Com lágrima nos olhos, me lembro de pentear os seus cabelos branquinhos e pintar suas unhas com a cor preferida, vermelho era a sua marca.

Vaidosa queria sempre estar com perfume, anéis e unhas feitas.

Saudade, mãe Josefa, sempre vou te amar.

Aprendi que mães nunca morrem, elas descansam.

Apesar dos cem anos que viveu relembro nossas brigas, conselhos risadas, cóceguinhas e carinho no toque de uma vida que finda com alegria de ter você a saudades que não tem fim traz as lágrimas ao olhar coração bate forte.

Pois hoje eu sei que mãe nunca morre, mãe descansa.

Descanse em paz.

OI, PAI E MÃE, BENÇÃOS

por Ademair

Oi, pai e mãe, bençãos; Sinto saudades!

Pai, estou lhe escrevendo para dizer que te amo muito e que estou passando tudo o que o senhor me ensinou, principalmente dizer que a família é tudo que mais preservo.

Mãe, consegui com que suas bisnetas acertassem sua receita de frango ao molho com quiabo.

A Larissa sempre me pergunta se está tudo certinho, como se a Sra. fizesse para elas. Mãe e pai, vocês fazem muita falta, mas nunca deixam de estar presentes na nossa vida.

Oi, tudo bem, como estão, eu, pai e mãe, não preciso perguntar nada disso, porque sei que estão sempre conosco.

Te amamos de todo o coração...

*Bjs de seu filho Ademair
e de suas bisnetas Larissa e Laís.*

SALADA de *MAIONESE* e FAROFA de MARIA DAS GRAÇAS ou “receita de mamãe”

por Carlos Alberto

A ocasião

Ceia de natal – final de ano

Ingredientes - Salada de Maionese

BATATA COZIDA

OVO COZIDO

CENOURA COZIDA

VAGEM

ERVILHA EM LATA

MILHO EM LATA

COENTRO

AZEITONA

SAL

CEBOLA

ALHO

Modo de Preparo

Mistura com a maionese que ela mesmo fazia, que era o segredo dela. Somente ela e a avó sabiam. Colocava na bandeja branca ou transparente de vidro pesada (travessa).

Ingredientes - Farofa

BACON

TOUCINHO

CEBOLA

ALHO

COENTRO

SAL

SEM PIMENTA

FARINHA DE MANDIOCA OU FARINHA-D'ÁGUA DE SÃO LUÍS-MA

Dica

Fala sempre para a irmã investir em um restaurante, porque ela cozinha muito, porque ela tem muito talento.



RECEITA TCHÊCA

por Ahmed Been

Ingredience – Ingredientes

KANEDLIKY	PÃO COM VERDURA E FERMENTO (MOLHO DE VÁRIOS TIPOS QUE VOCÊ QUISER)
OMÁČKA	MOLHO
RAJČATOVÁ	TOMATE
BRAMBORY	BATATA
VODA	ÁGUA
MASO VEPŘOVÉ	CARNE SUÍNA
SŮL	SAL
ZELÍ	REPOLHO
CIBULE	CEBOLA
OLEJ	ÓLEO

Comida quando tava com vontade – não tão especial.
Como especialmente no almoço.

Cerveja para o almoço ou refri para os mais novos.

Pode ser doce – com ameixa ou pêssego.

Eu e minha esposa estudamos Psicologia. Moramos por
vinte anos, agora espero ela voltar.



RECEITA de *POLENÇA* com RABADA

da Zezé, minha mãe

por Péle Balero

Ingredientes - Rabada

2	QUILOS	RABADA
1/2	QUILO	BATATA
1/2	UNIDADE	PIMENTÃO VERDE
1	UNIDADE	MOLHO DE TOMATE
1	UNIDADE	CEBOLA PICADA
1/2	UNIDADE	TOMATE PICADO
		COLORAL VERMELHO
		SAL
		LOURO
		AZEITE
		PIMENTA-DO-REINO
		ALHO
		SALSA E CEBOLINHA (CORTADA FINA)

Modo de Preparo

Limpe a rabada; depois tempere com alho; cebola; pimenta-do-reino, sal; colorau e deixe marinar pelo menos por quarenta minutos ou uma hora.

Depois coloque para cozinhar por no mínimo cinquenta minutos ou até ficar com a carne bem molinha sem saltar do osso.

Não se esqueça de colocar o tomate picadinho no cozimento.

Depois de cozido, acrescentar, pimentão picadinho e um pouco de cheiro-verde com cebolinha a gosto.

Ingredientes - Polenta

LEITE

AZEITE

ALHO

PARMESÃO

FUBÁ

Modo de Preparo

Colocar o azeite e o alho. Dourar o alho. Depois colocar o fubá e o leite e misturar até engrossar, quando estiver mexendo acrescentar o queijo parmesão.

Obs.: Se quiser fazer sem leite (com água) pode também.

Montagem do prato

Colocar uma boa quantidade de polenta com queijo parmesão por cima e acrescentar a rabada com molho vermelho em cima ainda quente.

Obs.: Esta receita era feita por minha mãe, mãe que o apelido dela é Zezé, o nome dela Joselia Domingues. Eu melhorei o prato colocando ingredientes italianos.



MINHA *RECEITA* SÉRIA

Pizza Napolitana

por Eliana Badamo

Ingredientes - Massa

1 QUILO FARINHA
1 ENVELOPE FERMENTO BIOLÓGICO
1 PITADA SAL
ÁGUA (O QUANTO ABSORVER)

Ingredientes - Recheio

MUÇARELA RALADA
TOMATES EM RODELAS
MANJERICÃO
MOLHO DE TOMATE

Modo de Preparo

Num bowl:

- 1) Colocar a farinha peneirada e colocar o fermento, água (quanto absorver) e depois o fermento.
- 2) Amassar muito bem e deixar descansar a massa por trinta minutos.

Untar uma forma quadrada e colocar a massa, o recheio e colocar no forno por trinta minutos.

Quando estiver pronta, colocar em um prato lindo e decorado.

E toda a família degustamos felizes.

MEMÓRIA DA MINHA INFÂNCIA!

por Izabel Santos

Guardo com carinho no coração as memórias da minha infância.

Tempo esse que a memória da simplicidade me rodeava em uma menina com os mais belos sonhos.

Tempo esse que traz à memória o suficiente para me fazer sorrir.

Onde mamãe reunia-se com os vizinhos para fazer os pães, onde passava o dia inteiro entre farinhas, fermento, ovos e boa União.

Ao final da tarde nos reuníamos para tomar café. Aquela vontade e curiosidade para ver se estavam fofinhos ou se tinham solado. Mas sempre lá estavam eles, lindos, morenos e fofinhos!

E é lá, nesse cantinho do passado que encontro abrigo e memórias nos momentos difíceis, com memórias dos pães que alimentam a alma e também o corpo.

Porque quem carrega a doçura da Infância no peito nunca está sozinho.

E quero levar essa sensibilidade até o fim!

QUERIDO CLIENTE

por Juciara Rodrigues

Querido cliente,

É com imensa alegria e orgulho que venho lhe apresentar minha produção de confeitaria e panificação!

Espero que esteja tudo ótimo com você, para que você possa usufruir docemente de tudo que for degustar por aqui.

Considero o ato de cozinhar como um ato de amor, e procuro sempre depositar energias e ingredientes de excelência aos meus projetos e preparos.

Minha maior referência na gastronomia foi a dona Tita, que sempre encantou todo mundo que provou e prova da sua comida saborosa e mágica.

Por falar na dona Tita, minha mãe, me ensinou com afeto da banana crispi, que ela sempre fazia, durante a minha infância para toda a família... Uma espécie de torta doce simples, mas muito saborosa. Fica aqui a receita, caso você tenha interesse em experimentar um pedacinho da minha infância.

TORTA de BANANA CRISPI da dona Tita

Ingredientes - Massa/Farofa

2	XÍCARAS	FARINHA DE TRIGO
4	COLHERES DE SOPA	AÇÚCAR
100	GRAMAS	MARGARINA (OU MANTEIGA, SE QUISE UMA VERSÃO MAIS RICA) \$\$\$
1	COLHER DE CHÁ	CANELA EM PÓ
1	PITADA	SAL (REALÇA O SABOR)

Ingredientes - Recheio

5 A 8 BANANAS NÂNICAS (MAIS FIRMES), CORTADAS AO MEIO, NO SENTIDO DO COMPRIMENTO

Modo de Preparo

1 Massa/Farofa

Em uma tigela, misture a farinha, o açúcar, a canela e o sal.

Acrescente a margarina e, com a ponta dos dedos, misture até formar uma farofa úmida, tipo “areia grossa”. Se estiver muito seca, adicione um pouquinho mais de margarina.

2 Montagem

Em uma assadeira untada (ou forrada com papel manteiga), espalhe uma camada fina de farofa como base.

Coloque uma camada de bananas cortadas. Cubra com mais farofa.

Repita as camadas até acabar os ingredientes, finalizando com farofa por cima.

3 Assar

Leve ao forno preaquecido a 180 graus por cerca de trinta a quarenta minutos, ou até dourar por cima e a banana estar macia e caramelizada. Pode ser servida quente ou gelada.

Comida para mim é só um pretexto pra gente se reunir com pessoas que gostamos... E quando as pessoas são agradáveis, a comida é boa, nosso coração se aquece, sendo uma explosão de coisas boas para dentro de nós!

Portanto, meu querido cliente, eu tenho o maior respeito por você estar aqui, compartilhando comigo essa história, essa receita e essa troca de energia boa.

Gosto de conhecer pessoas, receitas, histórias e vivências. E me sinto grata por estar aqui contigo, vivendo e fermentando tudo que a vida me traz todos os dias, afinal, viver é como degustar um pão quentinho que saiu do forno, com cor, sabor e cheiro complementares, formando algo especial e memorável.

Fica aqui meu abraço a você, e espero te ver em breve, para novos compartilhamentos!

Com carinho.



O QUE DESEJAR VERSUS O QUE CONSEGUIR

por Jacob Augusto

Desejos, são muitos.

Realizações, são poucas.

Os não nascidos em berço do ouro se tendencionam desde sempre a muito luta, muito batalha. Desde muito cedo a lidar com o pouco ofertado pela família.

Raros os exemplos de sua base, de suas raízes, os ensinamentos passados às gerações nem sempre servem para os momentos atuais, o que funcionou para os pais, talvez nos tempos atuais não sirvam para os filhos.

Cada vez mais e mais, precisamos nos qualificar profissionalmente, o que os avós e pais cozinhavam e que aprenderam de uma forma mais prática e rude, mesmo passando as gerações, para o mercado de trabalho, não é o suficiente, tem que estudar, se formar, se especializar e, aí sim, partir para o tão almejado e desejado mercado de trabalho, acreditando na sua realização profissional e financeira.

CAMILA, EU QUERO TE AGRADECER

por Franciele

Camila, eu quero te agradecer pelo ensinamento que você me deu. Você e sua amiga. Obrigada por tudo.

Vocês estão me ensinando muito sobre as histórias que eu não sabia!

Eu também estou adorando compartilhar a minha história!

Vocês estão ensinando muita história para mim, eu estou adorando, muito obrigada por tudo.

Eu não sei muito o que dizer, mas obrigada por tudo.

A minha história foi triste e eu sofri muito morando na rua, eu aprendi muito sofrendo na rua. Aprendi a ler e a escrever e aprendi a viver sozinha.

Porque neste mundo a gente aprende muito sozinha porque na rua a gente tem que aprender sozinha porque ninguém ensina ninguém! Você aprende tudo sozinha nessa vida!

Agradeço a vocês por tudo e pelo ensinamento.

Obrigada por tudo, eu estou cada vez mais aprendendo com vocês da Língua Portuguesa.

MACARRONADA de FORNÔ

por Francielle Stephanie

Ingredientes

2	QUILOS	MACARRÃO
1	QUILO	CARNE MOÍDA
2	UNIDADES	MASSA DE TOMATE
2	PACOTES	QUEIJO RALADO
1	QUILO	PRESUNTO
1	QUILO	QUEIJO



Modo de Preparo

Primeiro cozinhe o macarrão ao dente, depois cozinhe a carne moída e tempere com alho, cebola e pimentão, sal-sinha e cebolinha e sal a gosto e depois de cozida as duas massas de tomate.

Pegue uma assadeira, coloque a carne moída, o macarrão e depois coloque mais um pouco de carne moída e o queijo e o presunto, e assim continue o mesmo processo até o final e depois coloque o queijo ralado e mais cinco minutos no forno para derreter.

Esse prato me lembra da época que eu trabalhava em um restaurante e foi um aprendizado maravilhoso. Obrigada, dona Ana, pelos seus ensinamentos, descanse em paz, com Deus. Você me ensinou muitas coisas maravilhosas!

O SEGREDO DO MILHO



por Geraldo

espiga
de
milho

O milho-verde faz cuscuz, mingau. Com o fubá, serve para fazer polenta.

Do milho se extrai o óleo que faz o curau, a própria farinha.

A família do milho é grande, dá pra fazer canjica para comer com costela. Usamos do milho o cálcio que é muito forte, o milho é mil e uma utilidades. Dá para fazer purê, bolo e pão.

E da palha do milho serve para fazer chapéu e sacola para ir à feira. Se desfolhar tem várias cores, tem que deixar secar e dá para usar para pintar. Várias atividades da roça.

Do milho também dá para fazer cachaça daquela amarelinha, deixar de molho por 15 dias e aproveitar os caroços para dar aos porcos.

A pamonha, na folha de bananeira, lava a folha e enrola nela. Leva canela e leite.

Canjica

Deixar o milho ficar bem seco. Soca com Pilão e coloca leite, cinco ou oito litros, dá para quarenta pessoas comerem. Açúcar, 2,5 kg. Se quiser, incluir amendoim e o coco ralado.

O melhor doce de leite é de Viçosa.

Oitenta goiabas graúdas bem doces. Abre no meio, lava e tira a semente, pode deixar a casca. Põe 3 kg de açúcar (não muito, assim fica mais light) com 10 litros de água. Deixa ferver bastante até virar uma calda. Deixar esfriar para colocar na forma e comer com queijo branco.

Manteiga de garrafa

O soro dá para o porco. Leite para o queijo magro ou requeijão. Bate a manteiga na garrafa para o ponto.

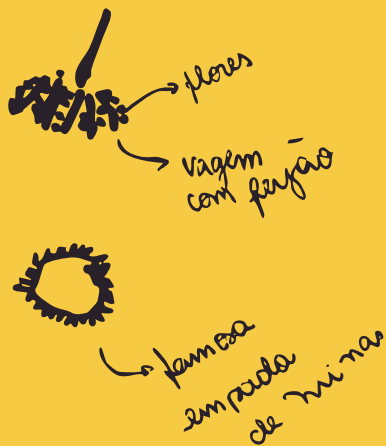
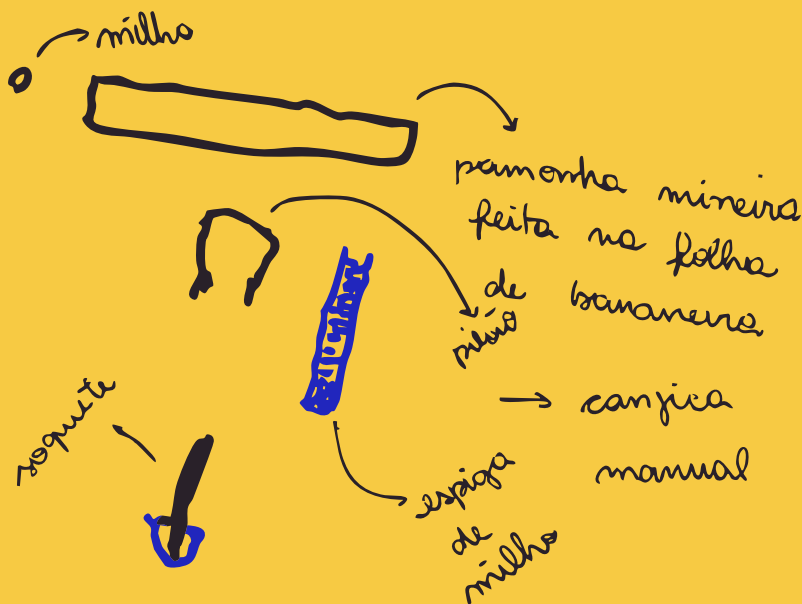
Cachaça

Lenha com fogo morno. Deixa 5 horas no fogo. Deixando fermentar.

Não pode tomar muito, senão dá dor de barriga.

A casca da cana ajuda a fazer a couve, assim como dá para fazer rapadura e melaço para o gado.

Mel da cana com polenta ou farinha mexida. Adoça o café, canjica e arroz-doce com mel da cana e Rapadura.



Gratias, Gratias, Gratias

onde faz
o feijão

maior
daque



1 COPO DE ARROZ

2 DE ÁGUA

por José Ferreira Moura

1 copo de arroz, 2 copos de água. Sai solto que é uma beleza.

Pirão escaldado – depois você come igual a um padre, que Padre gosta de dormir.

O figo de vaca ou de boi – põe os temperos na cumbuquinha, você frita e depois dá um sono, é bom para quem sofre de insônia.

A mandioca – você pode cozinhar ela, depois frita, é uma maravilha.

Contrafilé malpassado – melhor prato que existe.

Cachaça de Alambique – se beber demais fica de fogo.

Feijão-preto – ele quer mais conforto. Deixa ele 25 a 35 minutos. Põe orelha de porco e pé de porco.

Se você não quer comprar sabão lá na venda, põe 5 kg de gordura de vaca, 1 litro de água e 1 litro de soda líquida. Mexe, mexe, mexe, mexe, mexe até ela endurecer.

VII *SUSPIRO*

As participações foram se dando de diferentes maneiras. A abertura do grupo nos permitiu ver suas interações. Erik nos trouxe os retratos que fez dos colegas da turma – é desse jeito que ele cuida, como quem prepara arroz com orégano ou entrega um pão quente. Os desenhos são impecáveis, feitos com detalhes, com tempo.

Falamos muito sobre os gestos afetuosos de cozinhar e servir. Entregar o alimento como quem abraça ou escreve uma carta. Juan, por exemplo, preferiu escrever sobre dança e entendemos como essa conexão é possível ao vermos a coreografia que o servir nos ensina. Quando visitamos o Pão do Povo para o aniversário surpresa da Lívia, cada aluno levou algo: torta de frango, patê, carne louca... o Juan colocou Pablo Vittar para tocar e puxou as colegas, vinte ou trinta anos mais velhas, para dançar.

A TODOS QUE TIVERAM *OPORTUNIDADE DE DANÇAR...*

por Juan

Um, dois, três e quatro...

Marcação básica, marcação importante, tão simples e ao mesmo tempo megacomplicada.

A dança é capaz de te fazer voar, sentir, chorar, vibrar... algo avassalador, renovador.

Dançar é como andar nas nuvens, é como se conectar consigo, é se amar por inteiro...

Esqueça a vida lá fora, se entregue na dança, sinta como é bom viver, dançar e amar...



Desenho: Miriam Regina de Oliveira Lobo

DE: RAQUEL PRESENTE PARA: RAQUEL'S ❤️

por Raquel

Hoje é 01/04/2025 e eu encaminho esta carta para a Raquel do passado e a Raquel do futuro.

Bom, vamos lá.

Olá, Raquel do passado. Estou aqui na data presente para te contar um pouquinho de como anda sua vida. No momento temos 22 anos, estamos casadas e com um filho lindo e encantador chamado Theo (a paixão da nossa vida). Diferente do que fomos lá atrás, você virou uma mulher incrível, forte, sonhadora, gentil e por incrível que pareça falona, às vezes, quase nunca kkk mandona, empreendedora, sem medo do que falam ou pensam. As experiências que passamos nos tornou quem somos hoje e eu tenho muito orgulho disso e empatia do que fomos um dia.

Obrigada por tudo e perdão por não ter te aceitado antes!

Agora vamos para a Raquel do futuro! ❤️

Olá, Raquel do futuro.

Venho por meio desta carta contar um pouco do que sonhamos do futuro. Espero que a sua essência não tenha mudado, mas, sim, seu amadurecimento, pensamentos.

Os dias ultimamente têm sido difíceis, mas com esperança de que Deus está em todos eles. Ele nos fez promessas lindas e no presente tenho me esforçado para tudo isso acontecer. Espero que você tenha conquistado nossos sonhos, tenha viajado mais, tenha acompanhado a cada etapa do nosso doce Theo tenha sido uma mulher incrível na fé, sei que você é muito mais do que imagina! Mesmo que a eu do presente não tenha visto ainda tenho orgulho de quem se tornou.

*Com amor,
Sua Raquel do presente.*

AINDA QUANDO EU ERA PEQUENO

por David Otávio de Moura Silva

Ainda quando eu era pequeno, meu bairro começou a organizar uma competição aos finais de semana. Essa competição era dividida da seguinte maneira: meninos jogavam futebol e meninas jogavam queimada.

Como eu nunca gostei de jogar futebol, não conseguia participar da competição, mesmo querendo muito. Minha vontade sempre foi jogar com as meninas, pois assim eu estaria jogando o que eu gostava com as minhas amigas.

Depois de um tempo sem participar da competição, resolvi que, a qualquer custo, eu jogaria com as meninas. Resolvi então fazer um abaixo-assinado e passar pelo bairro explicando a situação aos moradores e pedindo as assinaturas.

Legalmente, a lista de assinaturas não tinha valor algum, mas foi com ela que eu consegui o que tanto queria: jogar com as meninas.

O dono do evento, vendo a comoção que eu criei, resolveu permitir que cada um jogasse o que tivesse vontade.

Depois desse dia, eu passei a me sentir mais livre e com vontade de chegar aonde eu quisesse. Foi por meio dessa carta e desse ato que eu tive coragem de enfrentar todas as barreiras quando me assumi gay.

Hoje, posso dizer que tenho uma família maravilhosa e que me apoia em tudo.

DAVID



QUERO JOGAR COM
AS MENINAS!

DAVID

MENINOS
JOGANDO
FUTEBOL

Bola



SABOR *DE QUÊ?*

por Rogério Leandro

Alguns pratos trazem ingredientes especiais que muitas vezes não estão visíveis a olho nu. É preciso sentir seu sabor e sua textura, aroma a combinação de sensações que ele traz.

Como o cheesecake de frutas vermelhas, que é uma combinação de sabores, cores (por ter várias frutas), texturas (combinando massa, creme e cobertura). Mas além disso, remete a alegria de uma criança comendo um doce saboroso e colorido, sendo de lambear os dedos e querer repetir várias vezes. É um doce que acolhe e une quem come junto.

Já os pães, trazem cuidado, afeto, têm o tempero da mesa cheia, da reunião familiar, o sabor de pertencer e fazer parte. Os pães são servidos com ou sem recheios, salgados ou doces. Eles são para todos. E todos podem saboreá-los.

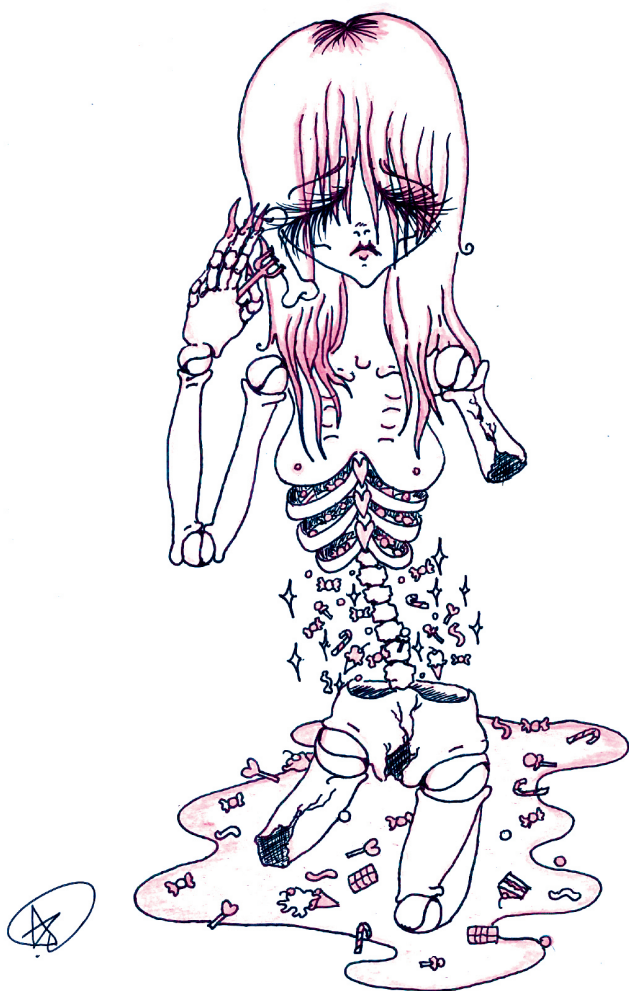


Foto: Wellington Almeida

EU QUERO ME PREENCHER

por Athena Castelo Branco da Cruz

Eu quero me preencher
somente de coisas doces,
eu quero colocar enormes
cubos de açúcar em meu sorriso,
e que todo meu peso seja
contado em colheres de chá
Eu quero cobrir todos
esses machucados com
coisas doces, para que eu
me torne doce, para que eu
respire e viva doce, que
todos os meus problemas se
dissolvam como açúcar e que
mesmo que esse corpo se
decomponha e se torne solo,
que eu seja uma
lembrança
doce.



Desenho: Athena Castelo Branco da Cruz

QUEM
FAZ
O
PROFETO

CENTRO DE REFERÊNCIA é a área do Museu da Língua Portuguesa que salvaguarda, pesquisa e difunde as referências patrimoniais que constituem o repertório do museu, articulando-o com temas que iluminam diferentes perspectivas sobre a língua portuguesa. Dentre os projetos realizados, coordena e realiza o DePara desde 2023, promovendo diálogos e novas perspectivas sobre a língua e seus diferentes usos.

CARMEN GARCIA é artista visual, poeta e educadora, mestra em Artes Visuais. Pesquisa os usos da palavra e sua materialidade em diferentes suportes e contextos, transitando entre a literatura, as artes visuais e a educação. Seus projetos de intervenção artística buscam promover o diálogo no espaço urbano, especialmente em situações sociais críticas.

CAMILA RIBEIRO COSTA LEITE é psicóloga, produtora cultural e mestranda em Psicologia Social na USP. Além da carreira clínica convencional, já desenvolveu e implementou diferentes dispositivos alternativos visando a promoção de saúde mental em situações sociais críticas e apoiou projetos artísticos que trabalham com pessoas com deficiência intelectual.

DENISE CARLOS DE COL é professora e psicóloga. Focalizou seus estudos nos processos de aquisição da leitura e da escrita e no campo da literatura voltada para crianças e jovens. Atua como professora alfabetizadora de crianças, jovens e adultos; formadora de educadores e mediadora de leitura.

JULIA CAVAZZINI CUNHA é artista, educadora e curadora, com trajetória em instituições como a Fundação Bienal, o MASP e o Instituto Tomie Ohtake. Sua pesquisa transita entre pedagogias na arte contemporânea, práticas comunitárias e a interseção entre arte e culturas alimentares.

JULIA CALASSO é profissional das artes com mais de vinte anos de experiência em produção, programação cultural e direção artística. Apaixonada por projetos culturais que promovem inclusão e diversidade, acredita na potência transformadora da arte, valoriza o conviver e busca colaborar em projetos e iniciativas que conectem pessoas de diferentes trajetórias, em busca de um mundo mais íntegro, humano e interessante.

Foto: Wellington Almeida



RETRATOS *DOS* AUTORES

Foto: Wellington Almeida





Ademar Batista Rodrigues



Alessandra Rebouças



Alessandro de Lima



Ana Maria Sassaki



Andreia O. Costa e Silva



Athena Cruz



Beatriz Clemente



David Otávio de Moura Silva



Djalma Almeida da Silva



Eliana Badamo



Félix Claudio Mendoza



Helena Rabello



Iolanda F. Santos



Iracy dos Reis Silva



Izabel Santos



Jacob Augusto



José Wilson dos Santos



Juciara Rodrigues dos Santos



Lice Lima



Livia Mariana Pereira Nicola



Marcus Vinicius Alves dos
Santos Sousa Pereira



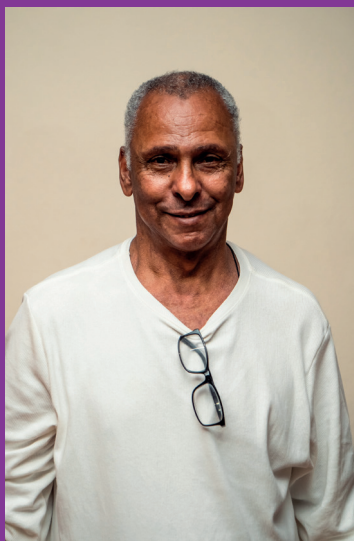
Carlos Alberto Matos



Erik Tadeu Juliani



Francielle Stephanie



Francisco Carlos do Carmo



Geraldo Galvão da Silva



Juan Sansão



Luciene Inacio



Luis Felipe O.



Luiza Vieira da Silva



Maicon Costa de Almeida



Maria de Lourdes
Stringuetti Strata



Michele Ventura



Miriam Regina de
Oliveira Lobo



Monique Lohan da
Silva Cardoso



Nanci Aparecida Gomes



Nanda Ferreira



Osmar Rodrigues



Péle Balero
Claudia Sena



Raquel Montanha
Vicente de Souza



Rita Maria Rosa
de Jesus Lima



Rogério Leandro da Silva



Ronny Ribeiro



Victor GuetoFluteBox



Winona Alves Corrêa



Zana Santos



Zilda Rodrigues Soares

DO AITOPES

FICHA *TÉCNICA*



***GOVERNO DO ESTADO
DE SÃO PAULO***

TARCÍSIO GOMES DE FREITAS
Governador

FELÍCIO RAMUTH
Vice-Governador

MARILIA MARTON
Secretária de Estado da Cultura, Economia
e Indústria Criativas

MARCELO ASSIS
Secretário Executivo

DANIEL SCHEIBLICH RODRIGUES
Subsecretário

VICCENZO CARONE
Chefe de Gabinete

MARIANA DE SOUZA ROLIM
Diretora de Preservação do Patrimônio Cultural

COORDENADORIA DE MUSEUS

MIRIAN MIDORI PERES YAGUI
Chefe da Divisão de Planejamento
e Gestão Museológica

LUANA GONÇALVES VIERA DA SILVA
Chefe da Divisão Técnica Museológica

ANGELITA SORAIA FANTAGUSSI, DAYANE ROSALINA RIBEIRO, ELEONORA MARIA FINCATO FLEURY, HENRY SILVA CASTELLI, MARCOS ANTÔNIO NOGUEIRA DA SILVA, REGIANE LIMA JUSTINO, ROBERTA MARTINS SILVA, SOFIA GONÇALEZ, TAYNA DA SILVA RIOS, THIAGO BRANDÃO XAVIER E THIAGO FERNANDES DE MOURA.
Equipe Técnica



MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA

RENATA VIEIRA DA MOTTA
Diretora Executiva

VITÓRIA BOLDRIN
Diretora Administrativa e Financeira

ROBERTA SARAIVA COUTINHO
Diretora Técnica

***CENTRO DE REFERÊNCIA
DO MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA***

CAMILA CHAGAS ADERALDO
Coordenadora

CECILIA FARIAS
Pesquisadora

AMANDA SIQUEIRA
Técnica em documentação

JANAÍNA LOPES
Assistente de documentação

LEONARDO AROUCA
Técnico em documentação

LUIZA MAGALHÃES
Supervisora

***DEPARA: BANQUETE DE MEMÓRIAS,
CARTAS E RECEITAS***

CAMILA CHAGAS ADERALDO
LUIZA MAGALHÃES
Coordenação geral do projeto

CARMEN GARCIA
LUIZA MAGALHÃES
Idealização

CARMEN GARCIA
Coordenação artística do projeto

CARMEN GARCIA
Organização e curadoria do livro

JULIA CALASSO
Produção geral

BETO CAVALCANTE
Identidade visual, projeto gráfico
e diagramação

LETÍCIA TEÓFILO
Preparação e revisão

CARMEN GARCIA
KARINA MACEDO
LUIZA MAGALHÃES
Coordenação editorial

CAMILA RIBEIRO LEITE
CARMEN SILVA
DESIRRÈ MENDES PINTO
JOSÉ SÁVIO COELHO “SOZÉ”
JULIA CAVAZZINI CUNHA
KRIC CRUZ
MARCOS EMANUEL DA SILVA
Autores convidados

ADEMAR BATISTA RODRIGUES
AHMED BEEN
ALESSANDRO JOSÉ DE LIMA
ALESSANDRA REBOUÇAS DA SILVA

ANDREIA OLIVEIRA COSTA DA SILVA
ATHENA CASTELO BRANCO DA CRUZ
CARLOS ALBERTO MATOS
CLAUDIA SENA – PÉLE BALERO
DAVID OTÁVIO DE MOURA SILVA
DJALMA ALMEIDA DA SILVA
EDSON RODRIGUES MAGALHÃES
ELCIO SIMPLÍCIO FILHO
ELIANA BADAMO
FABIANO APARECIDO GOMES
FÉLIX CLAUDIO MENDONÇA ACHUMIRI
FRANCIELE STEPHANIE
GERALDO GALVÃO SILVA
HELENA MARIA MEDEIROS RABELLO
JHOVANNI MACHADO DORAVANTES
IOLANDA FERREIRA DOS SANTOS
IRACY DOS REIS SILVA
IZABEL SANTOS
JACOB FRANÇA AUGUSTO
JOSÉ WILSON DOS SANTOS
JOSÉ FERREIRA MOURA
JUAN SANSÃO
JUCIARA RODRIGUES DOS SANTOS
LEONA BUTTERFLY MOREIRA
LICE FRANCISCA DE LIMA SILVA
LUIZA VIEIRA DA SILVA
MAICON COSTA DE ALMEIDA
MARCUS VINÍCIUS ALVES DOS SANTOS
MARCOS ELISIO BAHIANO
MICHELE VENTURA DA SILVA
MIRIAM REGINA DE OLIVEIRA LOBO
MONIQUE LOHAN DA SILVA CARDOSO
NANDA FERREIRA
NANCI APARECIDA GOMES

OSMAR RODRIGUES COSTA
RAQUEL MONTANA VICENTE DE SOUZA
RENATO DA SILVA BALDASSARINI
RITA MARIA ROSA DE JESUS LIMA
ROGERIO LEANDRO DA SILVA
RONNY RIBEIRO
VERA LUCIA DE OLIVEIRA
VICTOR GUETOFLUTEBOX
WINONA ALVES CORRÊA
YERALDIN DAVIANA LENIS IZQUIERDO
ZANA NASCIMENTO DOS SANTOS
ZILDA RODRIGUES SOARES
Autores participantes

ANA MELLO
CIETE SILVÉRIO
GUILHERME SAI
JARDIEL CARVALHO
JOÃO LEOCI
MILLENA NASCIMENTO
WELLINGTON ALMEIDA
Fotografia



ALINE COLLIN MALTA
ANA MARIA SASSAKI
BEATRIZ CLEMENTE
CLÁUDIA LOPES DOS SANTOS
CLEITON M. DE OLIVEIRA
DENISE CARLOS DE COL
ELIZANGELA APARECIDA CRUZ
ERIK TADEU JULIANI
FABIANO DA SILVA SENA
FERNANDA ANACLETA FERREIRA
FLORENY FREGONE
FRANCISCO CARLOS DO CARMO
JAPA
LENNON TOMPSON
LIVIA MARIANA PEREIRA NICOLA
LOHANY SAYURY DA COSTA RODRIGUES
LUCIANA RODRIGUES ALVES
LUCILENE INACIO
LUISMAR BATISTA LACERDA JUNIOR
LUIZ FELIPE O.
MARIA DE LOURDES STRINGUETTI STRATA
MILLENA NASCIMENTO
PEDRO HENRIQUE TRANI
RICARDO MENDES
RODRIGO DANTE M. POBLETE
SARA ELEN RUMOR DE JESUS
SILVIO APARECIDO DE OLIVEIRA
Agradecimentos

AGRADECEMOS TAMBÉM ÀS EQUIPES DO IDBRASIL
CULTURA, EDUCAÇÃO E ESPORTE E A TODOS QUE
CONTRIBUÍRAM E VIABILIZARAM A REALIZAÇÃO
DESTE PROJETO.

Museu da Língua Portuguesa | Temporada 2025

DePara: banquete de memórias, cartas e receitas



Patrocínio Máster



Patrocínio



Apoio



Parceria



Gestão

Concepção e Implantação



Realização



SÃO PAULO SÃO TODOS
Secretaria da
Cultura, Economia
e Indústria Criativas

MINISTÉRIO DA
CULTURA





Este livro foi composto nas fontes
Gelasio e Playfair Display e impresso
em papel Pólen Bold 90 g/m² pela
gráfica Corprint em agosto de 2025.







Este livro foi escrito em roda.

Em encontros regados a *xicrinhas* de café. Esse formato já é conhecido do **DePara** desde seu surgimento, em 2023: todo mundo se vê e se ouve. Desta vez, vem com a provocação de compartilhar sobre a mesa os sabores que acompanham nossas memórias.

Nessa escuta, frequentamos diferentes infâncias, salivamos ao ouvir as delícias de avós e mães, frutas de cidades distantes; receitas, técnicas, os sabores que acompanharam mudanças de casa, a falta de casa, as muitas comidas – e também a falta delas.

Este livro foi escrito em roda, como num grande banquete ou ao redor de uma fogueira, em que cada um traz para compartilhar a sua história. Junte-se aos mais de sessenta autores nessa grande mesa.



**Museu
da Língua
Portuguesa**

Centro de
Referência