



CEETEPS – CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA
PAULA SOUZA
ETEC JOÃO GOMES DE ARAÚJO
Ensino Técnico – Gastronomia

José Lemes Neto
Mirian de Cássia de Oliveira Leite
Nina Alves dos Santos
Sabrina Fernanda Moreira de Jesus
Tania Maura de Oliveira Bueno

COZINHA AFETIVA

Pindamonhangaba - SP

2023

José Lemes Neto
Mirian de Cássia de Oliveira Leite
Nina Alves dos Santos
Sabrina Fernanda Moreira de Jesus
Tania Maura de Oliveira Bueno

COZINHA AFETIVA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao CEETEPS - Centro Estadual de Educação Tecnológica Paula Souza - Etec João Gomes de Araújo, orientado pelo Prof. Daniela Russo Rodrigues, como requisito parcial para a obtenção do título de Técnico em Gastronomia.

Pindamonhangaba - SP
2023

NETO, José Lemes; LEITE, Mirian de Cássia de Oliveira; SANTOS, Nina Alves; JESUS, Sabrina Fernanda Moreira; BUENO, Tânia Maura de Oliveira. **COZINHA AFETIVA**. 2023. 00 folhas. Trabalho de Conclusão de Módulo – Técnico em Gastronomia – ETEC João Gomes de Araújo, 2023.

RESUMO

O presente trabalho traz uma pesquisa sobre a “Memória Afetiva” dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola ETEC João Gomes de Araújo. A qual apresenta uma pesquisa realizada através de entrevistas, com perguntas pré-definidas em formato de um questionário. Após uma breve pesquisa sobre o tema para melhor coleta de informações e especificações sobre cada receita afetiva. Sendo imprescindível para que possam ser analisadas e reproduzidas os mais fiéis possíveis às comidas afetivas originais, tendo como a finalidade de produzir um livro de receitas afetivas e o foco de resgatar memórias afetivas ligadas à gastronomia. A relação entre memória afetiva e gastronomia é explorada, destacando que a cozinha afetiva suscita associações emotivas, tornando a experiência de quem a vive como algo aconchegante e nostálgico. A pesquisa visa proporcionar uma compreensão mais profunda de como a memória afetiva se manifesta na relação das pessoas com a gastronomia.

Palavras-chaves: Memória Afetiva; Gastronomia; Receitas Afetivas; Livro de Receitas

NETO, José Lemes; LEITE, Mirian de Cássia de Oliveira;
SANTOS, Nina Alves; JESUS, Sabrina Fernanda Moreira;
BUENO, Tânia Maura de Oliveira. **AFFECTIVE CUISINE.**
2023. 00 folhas. Trabalho de Conclusão de Módulo – Técnico
em Gastronomia – ETEC João Gomes de Araújo, 2023.

ABSTRACT

This work presents research on the Affective Memory of students in the second module of the gastronomy course at the ETEC João Gomes de Araújo. This presents as research carried out through interviews with pre-defined questions in the format of a questionnaire after a brief research on the topic, for the best collection of information and specifications about each affective recipes. It is essential so that the original affective foods can be analyzed and reproduced as faithfully as possible, with the aim of producing a book of affective recipes and the focus of rescuing affective memories linked to gastronomy. The relationship between affective memory and gastronomy is explored; highlighting that affective cuisine raises emotional associations, making the experience of those who live it something cozy and nostalgic. The research aims to provide a deeper understanding of how affective memory manifests itself in people's relationship with gastronomy.

Keywords: Affective Memory; Gastronomy; Affective Recipes; Cookbook.

SUMÁRIO

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | INTRODUÇÃO | 6 |
| | 1.1 Objetivo..... | 7 |
| | 1.1.1 Objetivo Geral | 7 |
| | 1.1.2 Objetivos Específicos | 7 |
| | 1.2 JUSTIFICATIVA | 8 |
| 2 | REVISÃO BIBLIOGRÁFICA | 9 |
| | 2.1 Livro de Receitas | 9 |
| 3 | METODOLOGIA | 10 |
| 4 | CONCLUSÃO | 28 |
| 5 | REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 29 |

1 INTRODUÇÃO

A memória afetiva é um fenômeno que nos conecta com o passado, despertando emoções e sensações associadas a experiências significativas. No contexto da gastronomia, a memória afetiva pode influenciar nossas escolhas alimentares, levando-nos a consumir alimentos que nos trazem boas lembranças.

Este trabalho de pesquisa tem como objetivo explorar a relação entre memória afetiva e gastronomia, a partir da perspectiva de alunos do segundo módulo do curso de gastronomia da ETEC João Gomes de Araújo.

A escolha deste tema foi motivada pela curiosidade sobre como a memória afetiva pode afetar o comportamento alimentar, levando as pessoas a desejar alimentos mesmo sem sentir fome, devido às associações de lembranças e sentimentos de infância.

Com uma variedade de receitas, indo de salgados para doces, e diversos processos de herança culinária, diferentes ou complementares dos atuais, com a possibilidade de reproduzir todas as receitas originais.

A importância da gastronomia é ressaltada como um elemento que se relaciona com as emoções, pensamentos e memórias das pessoas. A memória afetiva, por sua vez, desempenha um papel vital no crescimento das crianças, influenciando seus gostos e sentimentos.

A relação entre memória afetiva e gastronomia é explorada, destacando que a cozinha afetiva suscita associações emotivas, tornando a experiência de quem a vive algo aconchegante e nostálgico.

A metodologia inclui a aplicação de uma pesquisa realizada através de entrevistas com perguntas pré-definidas em formato de um questionário aos alunos do curso de gastronomia para identificar quais alimentos trazem memória afetiva, seguido pela reprodução dessas receitas para verificar se as lembranças coincidem.

1.1 Objetivo

1.1.1 Objetivo Geral

Apresentar o resgate da cozinha afetiva dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola Etec João Gomes de Araújo.

1.1.2 Objetivos Específicos

- Apresentar a Memória Afetiva dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola Etec João Gomes de Araújo.
- Investigar as comidas que trazem a Memória Afetiva em Meio a Gastronomia dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola Etec João Gomes de Araújo.
- Reproduzir Receitas que Trazem Memória Afetiva dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola Etec João Gomes de Araújo.
- Elaborar um Livro de Receitas da Cozinha Afetiva com as receitas dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia na escola Etec João Gomes de Araújo.

1.2 Justificativa

A escolha do tema foi motivada pela curiosidade sobre o assunto visto que, a memória afetiva faz com que as pessoas queiram comer mesmo sem estar com fome, já que isso as traz lembranças e sentimentos de infância. Com isso, procurou-se investigar além dos fatores conhecidos, como a memória afetiva mexe com a percepção da pessoa de espaço e tempo.

Percebe-se que uma grande quantidade de pessoas desconhece o significado de memória afetiva mesmo que ao passar dos anos voltam a experimentar sensações, sentimentos e emoções de uma vida inteira.

Desse modo, buscou-se pesquisar em como funciona a memória afetiva em meio a gastronomia e em como as pessoas reagem ao experimentar o alimento afetivo produzido por outras pessoas.

Assim sendo, a importância da gastronomia em meio ao que o ser humano sente, pensa e lembra de sua vida, que justifica a presente pesquisa.

2 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A memória afetiva inicia e tem um papel vital no crescimento da criança, já que é desta forma que elas aprendem seus gostos, sentimentos, limites e funcionalidade do corpo.

A memória afetiva em meio a gastronomia surge através das emoções e lembranças. É quando lembramos de algo especial por meio do cheiro, sons, aparência ou sabor de alguma comida. Conforme Guimarães (2013, p.5), ``uma cozinha afetiva, é um jeito de preparar os alimentos capaz de suscitar um conjunto de associações emotivas, positivas ou negativas, em um degustador´´. Tornando a experiência de quem vive a cozinha afetiva algo aconchegante e nostálgico, como a lembrança não só da comida, mas também de seu local de convívio e espaço de relações sociais.

Para Ferreira (2021, p. 1), ``Contextos históricos, tramas sociais, relações com o tempo e com o próprio corpo formatam as lembranças narradas pelas avós, constituindo, assim, uma janela aberta para o passado que é ressignificado no presente´´.

2.1 Livro de Receitas

A milhares de livros já feitos e o que pode ajudar a atrair a atenção para o seu livro são alguns detalhes que precisam ser feitos antes de começar a criação de um livro.

Planejar o livro está entre um dos principais passos a se fazer. Estipular prazos para escrita e também para a publicação do mesmo. Buscar informações sobre o mercado nessa área e sobre os preços para a publicação do livro.

Decidir um gênero para obra a ser escrita e com isso definir qual será o público alvo do livro. É importante o escritor se identificar com o gênero para facilitar na hora da escrita.

Fazer um rascunho do livro, está entre um dos passos importantes na criação. É aonde o autor pode escrever e reescrever até que chegue o resultado que deseja.

Para um livro de receita é necessário pensar e escolher quais receitas entraram na hora da escrita. Com isso pensado, é separado. É preciso enriquecer as receitas com detalhes para que futuros leitores consigam reproduzir o mais próximo possível do prato a ser colocado no livro

Investir nas imagens do livro, principalmente na capa para que chame a atenção do leitor e o lhe traga desejo de adquirir o produto.

Já dentro do livro é necessário que os pratos que pareçam apetitosos e que desperte a vontade de leitor de reproduzir as receitas

Revise os textos e as receitas. Caso seja necessário mostrar a pessoas próximas pode trazer feedback positivo ou negativos que podem ser mudados antes de decidir publicar o livro.

Já para a publicação existem diversos sites que podem ajudar nessa área. Pesquisar para saber qual lugar melhor cabe não apenas no orçamento, mas também na qualidade para a impressão do livro.

3 METODOLOGIA

Realizou-se uma entrevista com os alunos do segundo módulo do curso de gastronomia da escola Etec João Gomes de Araújo, executado na sala de aula com os alunos responsáveis pelo trabalho, para o intuito de analisar quais comidas trazem memória afetiva em relação as lembranças de infância. A entrevista foi realizada com os seguintes questionamentos.

- Nome
- Faixa Etária
 - () até 18 anos
 - () de 19 a 30 anos
 - () de 31 a 50 anos
 - () acima de 51 anos
- Local de Nascimento:
- Qual comida lhe traz recordações da sua infância?
- Hoje em dia, ainda come essa comida?
 - () Sim
 - () Não
- Se sim, aonde costuma comer?
- Qual sentimento desperta ao comer essa comida?
- O que te faz lembrar essa comida?
 - () Cheiro
 - () Clima
 - () Lugar
 - () Som
 - () Outros:

Termo - Rosana

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de sua interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Rosana Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Termo - Sandra

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de seu interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Sandra Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Termo - Sthella

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de seu interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Sthella Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Termo - Tiago

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de seu interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Tiago Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Termo - Thomas

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de seu interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Thomas Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Termo - Willian

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa está sendo realizada por alunos do Curso Técnico em Gastronomia, do Etec João Gomes de Araújo, O nome do professor é _____, Cadeira de aula: _____, Seu objetivo será coletar dados para contribuir na elaboração do Trabalho de Conclusão de Curso.

Segundo os preceitos éticos, informamos que, caso seja de seu interesse, sua participação será absolutamente sigilosa, não constando seu nome ou qualquer outro dado referente a sua pessoa que possa identificá-lo no relatório final ou em qualquer publicação posterior sobre esta pesquisa. Pela natureza da pesquisa, sua participação não acarretará em qualquer dano à sua pessoa.

Você tem a total liberdade para recusar sua participação, assim como solicitar a exclusão de seus dados, retirando seu consentimento sem qualquer penalidade ou prejuízo, quando assim o desejar.

Agilizaremos sua participação, entendendo que a mesma em muito contribuirá para a formação e para a consecução do conhecimento atual nesta área.

Prudentemente: 13/11/23

Nome e assinatura do proprietário ou representante da empresa: _____

Levo ciência das informações contidas neste TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO, eu, Willian Aparecida de Lima, portador do RG nº 21.542.557-9.

Autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.
 Não autorizo a utilização, nesta pesquisa, dos dados por mim fornecidos.

Com essa pesquisa chegou-se aos testes das receitas. Reproduzindo elas, foi considerado se as lembranças se fazem fiel a memória afetiva dos alunos do segundo módulo do curso de gastronomia da escola Etec João Gomes de Araújo, de mesma forma que a comida original.

- Alanis, 18 anos, nascida em Taubaté, contou que sua receita ainda é feita pelos seus pais hoje em dia. Que lhe traz saudade e felicidade e é feita quando a família está reunida. (Entrevistada por José Neto)



Figura 1 - frango empanado frito

- Aline, 35 anos, nascida em Pindamonhangaba. Contou que sua receita era feita pela sua avó, não é mais feita hoje em dia. Que lhe traz saudade e era feita no fogão a lenha, na brasa. (Entrevistada por José Neto)



Figura 2 - bolo de fubá com goiabada

- Angelo, 41 anos, nascido em Natal. Contou que sua receita ainda é feita pela mãe hoje em dia. Que lhe traz acolhimento sentimento de família ao comer e é feita em seus dias de folga, e descanso. (Entrevistado por José Neto)



Figura 3 - lasanha de brocolis as molho branco

- Carlos Alberto, 41 anos, nascido em São Paulo. Contou que sua receita ainda é feita pela mãe hoje em dia. Que lhe tras satisfação ao comer e era feita quando ele morava em São Paulo. (Entrevistado por José Neto)



Figura 4 - macarronada com molho de tomate

- Carlos Eduardo, 43 anos, nascido em Taubaté. Contou que sua receita era feita pela sua avó, não é mais feita hoje em dia. Que tras para ele satisfação e prazer ao comer, que o lembra dos almoços em família.
(Entrevistado por José Neto)



Figura 5 – macarronada com molho de tomate

- A Denise de 43 anos, nascida em São Paulo, contou que sua comida afetiva é macarronada. Ela costumava comer na casa da vó, e hoje em dia ela come na casa da mãe dela. O aroma a levou nos dias que ia visitar a vó e o cheiro de domingo na casa da vó!

E o sabor lembrou o abraço de vó quando chegava na casa dela.

(Entrevistada por Mirian)



Figura 6 - macarronada com molho de tomate caseiro

- O Darnival de 56 anos, nascido em Muritiba, Bahia, disse que sua comida afetiva é cuscuz de sardinha. Ele costumava comer na casa da mãe dele, pois a mãe e a irmã fazia pra ele, e hoje em dia ele come na casa dele. Ficou muito feliz de terem feito lembrar os bons tempos que passou com sua mãe.

``Fiquei muito feliz de vocês terem feito eu lembrar os bons tempos que passei com minha mãe. Comendo cuscuz na mesa da cozinha com meus irmãos, oh saudade boa. Obrigadoooo`` disse Darnival.

(Entrevistado por Tânia)



Figura 8 – cuscuz de sardinha

- A Giovanna de 18 anos, nascida em Pindamonhangaba, disse que sua comida afetiva é pudim de pão. Até os dias de hoje ela come essa comida na casa da vó, pois traz recordações não só da vó mas também da bisavó dela.
- Sentiu como se estivesse na casa da vó nas férias e ela sempre faz para tomar café da tarde onde se reunia grande parte da família.

(Entrevistada por Mirian)



Figura 10 - pudim de pão

- Isadora, 22 anos nasceu em Pindamonhangaba. Ela relatou que comia o ovo frito na casa de sua avó e que não come mais a comida hoje em dia, mas o que a faz pensar na receita são as lembranças com a mesma. Comendo a simples receita de infância da Isadora fez ela lembrar de como sua avó fazia o ovo para ela, com um fio de azeite e uma pitada de sal por cima.



Figura 11 - ovo frito

- Janete tem 59 anos, nascida em Taubaté. Contou que sua mãe fazia o mingau de aveia docinho e bem firme para ela quando criança, o que a faz lembrar da comida é o cheiro e o conforto de casa. Degustando, a própria mencionou que parecia até que estava comendo o mesmo feito por sua mãe, o sabor e cheiro estavam iguais de quando era criança.



Figura 12 - mingau de aveia

- José Augusto com 17 anos e natural de Pindamonhangaba, mencionou que ainda come parmegiana de frango feita por sua mãe que o traz recordações de dias de domingo. José disse que ficou extremamente igual, a casquinha crocante em volta do frango e o molho com creme de leite, levemente diferente da receita tradicional da parmegiana fez ele dar graças a Deus enquanto comia e repetia o prato.



Figura 13 - parmegiana de frango com molho rose e arroz

- José Francisco nasceu em Guaratinguetá e tem 31 anos, contou na entrevista que a receita que sua mãe fazia na infância é o strogonoff de frango com mostarda e bastante batata palha. Infelizmente não come mais com frequência, mas quando come o faz se sentir nostálgico com as lembranças. Assim como o arroz, o strogonoff faz parte da vida do Chiquinho e até o sal a mais na receita o fez lembrar de sua mãe Rosinha.



Figura 14 - strogonoff de frango com batata palha e arroz

- Larissa, 17 anos, nascida em Pindamonhangaba. Contou que sua receita de bolo de chocolate com brigadeiro, ainda é feita pela mãe hoje em dia. O bolo é decorado com confeitos por cima. E é bem molhadinho, já que vai uma grande quantidade de água na receita.

Que lhe traz felicidade ao comer e é feita em seu aniversário e antes mesmo de provar, seu rosto já dava sinais de um grande sorriso de criança.



Figura 15 - bolo de chocolate com cobertura e confeito

- Lívia tem 19 anos e nasceu em Pindamonhangaba. Sua mãe quem fazia o frango com batata para ela com muita cebolinha e alho. Sempre que come o que marca em sua mente é o cheiro da comida e o aconchego que sente ao comer. Disse Lívia: "você pode ser minha segunda mãe já" se sentindo nostálgica com a receita.



Figura 16 - frango frito com molho vermelho, batata e arroz

- Lúcio, 40 anos nascido na capital paulista, me contou que a comida afetiva da sua infância é biscoito de polvilho frito. Ele relatou que a textura era bem parecida com a do pão de queijo e que o principal ingrediente (farinha de tapioca) era produzido pela família da mãe e vindo da Bahia. A mãe como nos dias de hoje ainda faz, na sua infância era habitual fazer e quando come sente como uma viagem no tempo. ``Eu achei que ficou bem parecido, mas o da minha memória ele era mais borrachudo e o da experiência ficou um pouco mais firme`` disse.



Figura 17 - biscoito de polvilho

- Marli tem 47 anos e nasceu em Pindamonhangaba, sua comida afetiva era feita em Cunha na casa da avó e o bolo de fubá com erva doce da mesma a faz lembrar dos abraços e carinhos que trocava com a avó e do clima frio que fazia enquanto comia o bolo quentinho. Disse que ficou exatamente como ela lembrava do bolo da avó. Bem docinho, com a casquinha crocante e a melhor parte foi comer a massa crua como fazia em sua infância no chão da cozinha com sua irmã.



Figura 18 - bolo de fubá com erva doce

- Maria Amália, 50 anos. Nascida em Pindamonhangaba. Sua avó quem fazia a receita para ela quando era criança. Uma sopa de macarrão com legumes. Era feita com macarrão ave Maria, caldo “Knorr” de carne, chuchu, batata e cenoura. Maria Amália contou que o sentimento ao comer a receita foi humildade, conta que sua avó era uma pessoa muito humilde e que tudo que cozinha era com muito carinho.



Figura 19 - sopa de legumes com macarrão

- Maria Cristina, 39 anos nascida em Aparecida. Conta que sua avó fazia frango assado do jeito simples e com temperos simples, sendo eles sal, alho, cebola e vinagre. O frango era assado inteiro. Hoje em dia ela não come mais a receita, já que sua avó é falecida. Ao comer, o sentimento de voltar no tempo a consumiu, lembrar o passado foi bom pra ela. Cristina gostou tanto que teve que chamar sua filha, também aluna da escola, para saborear o sabor do prato com ela.



Figura 20 - frango assado

- Melissa, 21 anos, nascida em Pindamonhangaba. Sua receita é uma comida do dia a dia. Arroz, feijão, linguiça e purê. Gosta de comer a comida feita na hora. O purê era com muçarela. E sua mãe fritava a linguiça de um modo diferente. Quando estava quase frita, ela cortava a linguiça ao meio para que fritasse melhor por dentro. O arroz e feijão era feito só temperado com alho e sal.

Ela disse que tem boas memórias de sua mãe cozinhando e sorrindo na cozinha, num tempo que seus pais ainda eram casados. Melissa mencionou que o arroz e feijão parecia que sua mãe tinha acabado de fazer ali. ``Está perfeito e com gosto muito similar`` falou enquanto comia.



Figura 21 - arroz, feijão, linguiça e purê com queijo

- Rosana, 37 anos, nascida em Taubaté disse que sua receita de arroz doce era feita por seu pai no fogão a lenha. Com apenas três ingredientes, açúcar, arroz e leite. E que seu pai deixava com um caldo grosso o arroz doce. Ela não come mais a receita, mas sempre se lembra com saudade do pai.



Figura 22 - arroz doce

- A Sandra tem 44 anos e nasceu em Pindamonhangaba. No seu relato deixou claro que apesar de simples, a farofa de banana, é sua comida afetiva. Ela relatou que por não ter condições a mãe usava a banana que tinha (prata ou nanica) assim como a farinha (mandioca torrada ou crua ou farinha de milho). A mãe fazia pra ela e os irmãos comerem no café da manhã. Hoje ela mesmo e quem faz pois a mãe já é falecida.



Figura 23 - farofa de banana

- Sthella, 19 anos natural de Pindamonhangaba relatou que a comida afetiva que a faz lembrar da infância é polenta com molho de carne moída. Ela deixou bem claro que o molho de carne moída era com muito alho e bastante cheiro verde e a polenta bem firme. Lembra de dias de chuva quando comia a polenta na casa da avó. Na atualidade a avó ainda faz pra ela a polenta o que a faz muito feliz.



Figura 24 - polenta com molho de carne moída

- Tiago de 38 anos, nascido em Pindamonhangaba, me relatou que a comida que o faz lembrar da infância é arroz, feijão, bife e salada de alface. Ele contou que a mãe fazia o arroz só com olho e sal, o bife temperado só com alho socado e sal e para temperar o alface usava olho de soja, limão cravo e sal.

Foi gratificante ver o Tiago dizer com os olhos marejados que tanto o sabor como a aparência estavam iguaizinhos aos da mãe (que já não se encontra entre nós). Relembrando a infância difícil, porém muito feliz, que passou ao lado dela e dos 4 irmãos.



Figura 25 - arroz, feijão, bife e salada de alface

- O Thomas de 18 anos, nascido em Pindamonhangaba, contou que sua comida afetiva é doce de leite com queijo minas, em nossa conversa ele me relatou que o doce de leite era de uma textura peculiar, e o doce que foi reproduzido ficou incrivelmente igual. Que hoje ele ainda costuma comer em casa essa delícia que sua tia avó fazia pra ele. Que quando come desperta nele um sentimento de nostalgia ao lembrar das férias escolares na sua infância que passava na casa dos avós. "Sentindo um quentinho no coração", foram as palavras do Thomas.



Figura 26 - queijo minas com doce de leite caseiro

- O Willian tem 34 anos e nasceu em Pindamonhangaba, ele relatou que sua comida afetiva é língua bovina com molho de tomate. Que nos dias atuais a mãe ainda faz pra ele comer, como nos tempos de infância. O que o deixa muito feliz. Ele me forneceu a recita por escrito pela própria mãe, e depois relatou que a reprodução da receita ficou exatamente igual. O Willian exclamou "cara tá igualzinho a da minha mãe, humm delícia".



Figura 27 - língua bovina ao molho de tomate

4 CONCLUSÃO

A partir da pesquisa feita, através de uma entrevista, com os alunos do segundo módulo de gastronomia do Etec João Gomes de Araújo, com a realização dos testes com as receitas selecionadas pelos mesmos, chegou-se conclusão que existem lugares da memória, lugares particularmente ligados a uma lembrança pessoal (como por exemplo um lugar da infância), que permanece muito forte na memória, muito marcante, indiferentemente da data real em que ocorreu.

Percebeu-se no decorrer desse trabalho que se alimentar em grupo é fator essencial para a formação da memória afetiva. Os laços afetivos em torno da comida promovem ligações entre sentimentos vividos, e as relações do presente estimulam o início da memorização.

A comida pode aproximar pessoas queridas de acontecimentos ou de sensações. Ela não fala, mas pode conter uma história, pelo simples fato de despertar sentimentos e sensações muitas vezes adormecidas.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GUIMARÃES, SRJ. **Traduções de Gosto na Cozinha Afetiva Experiências Sensíveis dos Modos de Comer: do cinema ao místico e às ruas.** 2013. 119f. Tese (Doutorado em Comunicação e Semiótica) – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo – São Paulo, 2013.

FERREIRA, MLM. **Grandmas Project: memória e afeto na cozinha.** Disponível em: <https://revista.historiaoral.org.br/index.php/rho/article/view/1141>. Acesso em 07/11/2023.

FERREIRA, MR. **“Lar doce lar” - A cozinha como centro afetivo da casa.** Disponível em: <https://periodicos.uff.br/geograficidade/article/view/27450>. Acesso em 07/11/2023.

NOVINSKI, LC. **Projeto Gráfico para um Livro de Receitas.** 2019. 71f. Projeto (Curso de Tecnologia em Design Gráfico) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná – Curitiba, 2019.

10 dicas de como escrever um livro durante a pandemia. **PrintStore**, Porto Alegre, p.1, Janeiro. 2022. <https://printstore.com.br/blog/5-dicas-para-escrever-um-livro-durante-o-periodo-de-quarentena/>

ALMEIDA, R. Como escrever um livro de receitas?. **Club dos Autores**, Fevereiro. 2022. <https://blog.clubedeautores.com.br/2022/02/como-escrever-um-livro-de-receitas.html>