



## O CHEIRO DO GOSTO

Dedico este livro à minha avó  
Lourdes e à memória de minha avó  
Zizi e de minha tia Neuza, mulheres  
que me ensinaram a questionar o  
mundo e a me encantar por ele.

LUIZA MACEDO





**BELINHA,**

Rainha da Guarda de congado

13 de maio e cozinheira

“Pitada é pitada, e essa pitada,  
ela faz o serviço dela.”

“A pessoa não esquece da  
comida que ela comeu, fica  
o gosto do cheiro na boca,  
a lembrança do gosto.”





“O segredo da cozinha é a água quente, tendo água quente você resolve várias coisas em vários momentos, com rapidez. Se você chegar numa cozinha de Festa do Rosário e não tiver ninguém na casa, se tiver saído todo mundo e você não sabe o que fazer, põe água pra ferver, mantém a água quente. Porque se não tiver nada pra fazer com aquela água, tem que lavar o tanque, lavar vasilha, lavar as coisas.”

“Eles compravam umas grades de frango. Hoje chama ‘grade’, cheia de frango, antes chamava ‘uma capoeira de frango’. Era um monte de franguinho com aquelas canelinha seca, aqueles franguinho. Menina, tinha 30 pessoas: um ia matando, um despelandando, um vai limpando, outro abrindo, um picando, um temperando. Era a noite inteira aquela fuzarca e a pinga cortava e o canto também. Eles cantavam, eles rezavam. Vó ringava e era aquela coisa fora de série.”











“Existe uma educação da  
cozinha, uma inteligência  
da cozinha... não tem como  
você usar as coisas (na cozinha)  
se você não estiver preparada  
mentalmente.”

“O gênio da vovó era de onça  
molhada com abelha africana  
e pimenta malagueta.”

“Meu avô plantava uma horta  
pra ele e uma pros bichos.  
Agora, como é que ensinava  
o bicho a comer só o dele,  
eu não sei te falar não. Se é  
reza, se é prece, se é oração,  
se é conversa...”

“O segredo do tutu é mexer:  
mexe três horas sem parar pra  
respirar. O tutu é um creme  
de feijão, mexe no centro e  
nas beiradas, no centro e nas  
beiradas. Coloca uma pinga no  
tutu pra salientar o gosto dele.”

**SIMONE,**  
cozinheira e manicure









“Não uso tampa na panela,  
porque eu gosto de escutar  
a comida falando comigo.”











“O louro é primordial  
em toda culinária.”

“Dizem que não se deve merer  
no arroz, então, eu só sacudo.”

**LÚCIA,**  
agricultora e  
cozinheira









“5:30, 6h da manhã,  
quando junta aquela neblina,  
aquele sereninho com o sol...  
aí dá aquele cheirinho  
da rosa branca.”

“Eu converso com a comida,  
chamo de neném de mamãe...  
falo pra ir devagar, trato  
ela como uma filha, um bem  
precioso.”

“O angu de banana verde se faz  
sozinho, não precisa mexer.”





“Cada canto é um canto, cada terra tem os seus mistérios e os seus cuidados.”







**WANUSA,**  
cozinheira









“Eu ensino o meu tempero  
porque quero que a pessoa  
aprenda o meu sabor.”

“Cada pessoa tem um tipo de  
receita. Mesmo eu te ensinando  
a fazer uma comida, ela nunca  
vai ficar igual à minha. O seu  
tempero pode ser parecido, mas  
ele nunca vai ser igual ao meu.”







“Sabe como é que você come com os ouvidos? Quando você tá com fome e escuta alguém falar de uma receita maravilhosa. Com os olhos, quando você vê uma coisa bonita. Quando você vê o cheiro, mesmo se não estiver com fome, o seu estômago fala assim: ‘ah, eu quero experimentar’.”

“A gente come com todas as partes do corpo. Primeiro com os olhos, depois com o cheiro, aí depois com o paladar, aí vai só confirmar que tá bom.”

“A essência da comida é igual a essência do perfume, o perfume em você vai ficar com um cheiro, em mim vai ficar de outro cheiro, a mesma coisa é um batom vermelho, em mim vai ficar de um tom e em você de outro tom.”





**QUINTAL:** *área em torno das residências, sejam elas rurais ou urbanas, que se encontram imediatamente ao redor da casa, prestando-se a diversas atividades da vida cotidiana, destacando-se o cultivo de espécies vegetais e criação de animais.<sup>1</sup>*

Historicamente, os quintais são espaços velados das casas brasileiras, ocultos aos olhares dos passantes nas ruas e ausentes nas narrativas dos viajantes que descreveram um país do passado. Mais recentemente o avanço da verticalização das cidades tem feito com que esses lugares desapareçam e com eles todo o mundo diverso que abrigam: plantas medicinais e alimentares, festejos, trocas de saberes.

Na passagem do século XIX para o XX, com as leis de terras que determinam a venda e não mais a cessão de terrenos, os bairros começam a ser loteados e as casas das pessoas mais abastadas passam a contar com quintais mais reduzidos e os jardins se tornam mais valorizados. Assim, tanto o fato de estarem ou não presentes nas casas, quanto o tamanho ocupado pelos quintais nos terrenos tornam-se demarcadores sociais e econômicos.

O interesse pelos quintais urbanos nasce da urgência em registrar as dinâmicas que se estabelecem nesses lugares e, mais que isso, atentar para a soberana presença das mulheres

como detentoras dos sabores e saberes ali escondidos. O quintal surge aqui como metáfora para a resistência feminina, para a luta cotidiana contra o apagamento. Assim nasceu o recorte, dentro de muitas possíveis rotas, que se apresenta em ***O Cheiro do Gosto***.

Partindo desse olhar para o quintal urbano como território de força, tracei a pesquisa em busca de mulheres que por diversas razões tiveram que impor suas presenças para não sucumbir e, ao fazê-lo, preservam uma cultura alimentar ancestral, isto é, saberes ligados às plantas de cura, simbolismos e festejos populares. Assim, me deparei com Belinha, Lucia, Simone e Wanusa, moradoras de regiões distintas da cidade de Belo Horizonte e que de forma bastante particular fazem de seus domínios lugares de luta.

**Belinha** transforma o *Reinado 13 de Maio*, no bairro Concórdia, em um importante território de salvaguarda material e imaterial de um patrimônio simbólico mineiro. Ali, a comida de celebração e também a cotidiana têm importância fundamental na construção da fé, dos afetos, dos vínculos sociais.

**Lucia** mantém uma horta agroecológica na *ocupação Tomás Balduino*, no bairro Areias. Ali vivem cerca de 300 famílias além da dela. Na terra, cultiva os saberes que aprendeu ainda criança e ensina a quem quiser aprender os segredos do manejo carinhoso da plantação.

**Simone** protege a memória de sua família quilombola e preserva receitas de sua mãe e avó.

No quintal compartilhado do *Quilombo Souza*, no bairro Santa Tereza, o cuidado com as espécies alimentares e de cura é coletivo, assim como as decisões importantes e as refeições dos dias festivos.

**Wanusa** ressignifica seus quintais do passado com panelas, cumbrucas e o gosto pela cozinha, herança das mães biológica e de criação. Em sua casa, na Vila Barragem Santa Lúcia, ela conta alguns segredos culinários e esconde outros, entre saborosas gargalhadas.

Pelas frestas da cidade, os quintais das mulheres insistem em reexistir.

1. ALMADA, E. D. e SOUZA, M. O. 2017. “Quintais como patrimônio biocultural”. En: E. D. ALMADA e M. O. SOUZA, (orgs). Quintais: memória, resistência e patrimônio biocultural. pp. 3-14. EdUEMG, Universidade do Estado de Minas Gerais. Belo Horizonte, Brasil.

## COZINHA É RITUAL.

O sagrado paira sobre o quintal e a cozinha e como quem cata feijões, Belinha elege com agilidade as palavras para compor metáforas sobre a vida e o cozinhar.

O mundo exterior se projeta em pontos de luz na beira do fogão à lenha e em reflexos na água das panelas, como se aquele lugar pertencesse a uma existência em suspensão temporal.

Ao cozinhar, Belinha reafirma a ancestralidade em cada gesto, do resgate de técnicas que aprendeu com a mãe e a avó à importância das guardas de congado.

O ritual de preparar os alimentos está associado a um tempo dilatado e à importância de respeitar a natureza dos ingredientes. Descascar 5 quilos de alho por 2 horas ou mexer um tutu de feijão por 3 horas são rituais que fazem parte do fortalecimento das crenças, na possibilidade de alcançar algo maior, que é a perspectiva de alimentar a muitos e celebrar o encontro com as divindades.

Tudo na cozinha de Belinha tem um propósito: o sal colocado na panela em sinal da cruz,

a vela para São Benedito — o padroeiro da cozinha — sempre acesa, as cascas de alho que não podem cair no chão para não atrair brigas, a panela de água quente sempre a postos no fogão à lenha, para dinamizar os processos.

Ervas de chá e banho se misturam a ovos, couves e salsinhas. E, em sua cozinha alquímica, o sal tempera e protege, o fogo queima a vela e a lenha, a fumaça das panelas se mistura a dos defumadores.

A gestualidade dela é ágil e de muita atenção a cada movimento, como quem baila sabendo exatamente onde pisa, como quem respira sabendo medir o quanto se deve sorver de ar. A cozinha “penumbrosa” parece iluminada apenas pela chama da vela para o santo, ainda que apareçam tons de ocre, terracota, vermelhos que saltitam vez ou outra..., assim como o branco das vestimentas sagradas e dos búzios que protegem seu corpo...

## COZINHA É QUEBRA-CABEÇAS.

Quintais que se comunicam, gatos que perambulam entre uma casa e outra, janelas que dão para um corredor que é passagem de todos. O quintal e a cozinha da Simone são parte vital de um corpo-território chamado quilombo, onde crescem pés de mexerica, canela, limão capeta.

A sensação ao entrar em seu mundo é a de que ela guardou com cuidado, ao longo dos anos, tudo o que a atravessou em alguma medida: recortes de jornais, manequins, flores de plástico. Nos cantos dos cômodos, enormes galhos de louro para proteger a casa e atrair boa fortuna.

Não parece haver um pensamento linear em seu cozinhar, pelo menos ela não externaliza isso: tudo apenas acontece, sem muitas explicações e nem disposições dos ingredientes em um só lugar, tudo está esparramado pelos cantos da cozinha, mas ela sabe exatamente onde está cada tempero, cada cumbuca. Para quem vê, parece ser um quebra-cabeças, mas é o que ela, primorosamente, executa como método.

Guardiã dos segredos culinários de toda a família, é a única do quilombo que gosta de

cozinhar e que reproduz os pratos aprendidos com a mãe e que esta, por sua vez, aprendeu com a avó, ambas precisaram fugir para sobreviver e levaram consigo memórias ancestrais ligadas ao comer.

Os gestos de Simone parecem de alguém que quer fugir também, mas para chegar ao futuro, ao depois do comer, ao momento em que os outros estão saboreando a rabada com agrião ou o doce de banana que preparou, e é esse seu instante preferido de todo o processo.

Há algum mistério no quintal de Simone, seja no olhar enigmático do cão ou no reflexo embaçado de um espelho. Tons de verde e bege imperam na atmosfera de sua casa- cozinha, um território habitado por vestígios de algo que já foi ou que está por vir.

## COZINHA É SINESTESIA.

Lúcia abre o portão de seu quintal em que se destaca a plaquinha que identifica o endereço: Rua Esperança. Para além da nomenclatura da rua, a palavra diz muito sobre o que ela cultiva todos os dias enquanto semeia a terra adubada ou planeja a colheita de espécies que plantou há algum tempo antes e que em breve estarão frondosas. É um eterno retorno, esse de revolver à terra.

De tudo que cultiva, gosta de pouca coisa, diz que não aprendeu a comer verdura nenhuma, nos tempos de escassez de sua infância. Ainda assim, sabe preparar todas as hortaliças, como quem organiza as letras de um idioma que não é seu.

Os gestos de Lucia são de uma delicadeza ímpar: ela acaricia a terra, colhe o alimento como quem afaga a pele de alguém, mexe o frango com quiabo como quem pudesse, a cada giro da colher na panela, fazer o sabor flutuar no espaço.

Lúcia espregueira e observa tudo, sempre com uma postura desconfiada de quem a qualquer

momento precisa agir. Sua cozinha é composta por muitos véus, camadas de sentir que não podem ser acessadas por qualquer um, nem em qualquer temporalidade. Ela sabe muito bem o que quer deixar ver e faz isso entre sorrisos largos e palavras certeiras, que se alternam o tempo todo.

A luz em seu quintal-cozinha demarca espaços de sombra bastante delineados, em tons de amarelo que fazem de seu território um lugar de sol a pino, não importa que horas sejam.

## COZINHA É INVENÇÃO.

O cozinhar faz parte de um imaginário cotidiano de Wanusa, sempre atenta às muitas possibilidades dos ingredientes, inclusive daqueles que ela coleta na rua. Muitas de suas receitas são inventadas por ela, algo de que se orgulha muito. Seu método tem muito de improviso, soluções rápidas e intervenções inusitadas no plano inicial que havia traçado ao começar a cozinhar. Sua regra é não obedecer a imposições e ainda que tenha uma ideia estabelecida do que irá preparar, sente prazer em alterar essa rota, talvez como tem sido obrigada a fazer com a própria vida até aqui.

O preparo dos alimentos muitas vezes acontece no quintal, em diálogo com a vizinhança e entre gritos de cumprimentos de uns, músicas de outros. A agitação está também em suas panelas aceleradas, nas cores exageradas, nos muitos temperos e no borbulhar intenso das panelas. Seus pensamentos devem ziguezaguear na velocidade de suas mãos, é difícil acompanhar os gestos rápidos

e certos de quem tem nas pontas dos dedos uma linguagem que domina muito bem.

Wanusa faz questão de deixar por perto tudo de que precisa, como quem organiza um espetáculo. Usa poucos ingredientes de seu quintal, um recorte de concreto, mas fala saudosa de quando tinha terra pra plantar, na casa que desabou. Ainda assim, brotam nas frestas alguns tímidos pés de limão e, em poucos vasos, estão temperos e taiobas.

O quintal de Wanusa é parte de seu corpo solar, povoado por estampas, cores que ganham forma, cheiros que traçam caminhos e invadem becos.

Ali, exhibe recortes de memória que pertenceram à mãe de criação: dos vestidos floridos às toalhas de mesa, muito foi herdado dela. Predominam em sua paisagem alimentar os muitos tons de amarelo, os laranjas e azuis, em contraste com o cinza frio do chão de concreto.

## RECEITAS

## BOLINHOS DE CARÁ MOELA OU CARÁ DO AR OU CARÁ-VOADOR

Um visitante desatento pode não perceber que habitantes do ar ocupam as cercas da horta de Lucia. Pode, ainda, pensar que são feitos de pedra ou mesmo parentes de algum bicho jurássico, os tubérculos que insistem em desafiar a gravidade com suas raízes aéreas. A casca lisa esconde uma polpa que pode ser amarelada ou arroxeadada, quase sempre com linhas que se bifurcam e que talvez revelem memórias dos trajetos um dia percorridos. Ao longo de seus aprendizados com a vida, Lucia experimentou muitas variações de preparos com o cará e o misterioso bulbo habitou mundos povoados por especiarias, ervas frescas, segredos e memórias guardadas por ela, dessas que surgem quando é preciso acessar certas informações, ainda que inventadas.

### INGREDIENTES

- 5 Carás pequenos, ralados grosseiramente (é possível fazer com inhame ou cará barbado, diminuindo a quantidade de ovos para que a massa não fique muito líquida);

- 2 Ovos;
- Farinha de trigo ou de mandioca para dar corpo à massa: concentre-se para ter nos gestos a intenção de conseguir fazer com que fique homogênea, espessa mas malemolente. Recorra ao seu repertório de memórias, que habita sempre nas linhas das mãos, para saber o momento certo de dizer que está no ponto;
- Ervas frescas em abundância: salsa, cebolinha, tomilho ou o que estiver ao alcance;
- Sal a gosto.

Aqueça o óleo até que fique bem quente, o que pode ser constatado por pequenas bolhas que surgem nas laterais da panela. Com uma colher, coloque pequenas porções da massa, delicadamente. Frite até que os bolinhos estejam dourados e coloque sobre papel toalha para que o excesso de óleo seja absorvido. Cada bolinho ganha um contorno único ao passar pelo processo de fritura, observe cada desenho como uma novidade que o calor inaugurou. Do ar para a mesa, está o trajeto aqui definido.

## ANGU DE BANANA VERDE

### INGREDIENTES

- 6 Bananas caturras verdes, raladas na parte grossa do ralador ou batidas no liquidificador. Se raladas, deve-se colocá-las cobertas em uma panela com água enquanto rala, para que não escureçam. Utilize essa mesma água para cozinhar o angu posteriormente. Se batidas, deve-se colocar água aos poucos para ter um ponto não muito líquido, mais parecido com o de um purê;
- Sal e pimenta do reino a gosto;
- Alho e cebola picados em cubinhos.

Leve uma panela com um pouco de azeite ou óleo ao fogo baixo e refogue alho e cebola até que estejam belamente dourados e exalando sabor. Coloque a polpa da banana e tempere com sal e pimenta. Não é preciso mexer quase nada, aos poucos a massa ganha forma de angu, apenas observe com atenção. Como a própria Lucia diz: "o angu de banana se faz sozinho".

Silenciosas e imponentes dormem as musas bananeiras em solo adubado por desejos de que os frutos surjam e se desenvolvam com a magnitude habitual da espécie. Tomam formas diversas: *bananas da terra*, *bananas são tomé*, *bananas d'água* ou *bananas mar-melo*, sempre oferecendo carnuda polpa que impera soberana no imaginário de todos que habitam esse solo chamado Brasil.

Lúcia gosta de bananas verdes, se recusa a trair suas memórias infantis, foi assim que aprendeu. A cada preparo da banana verde, ela retorna a um tempo na roça em que havia mais bananeiras que qualquer outra espécie, aos tantos sonhos não vividos, ao seu corpo miúdo que, em ponta de pés, tentava alcançar a imponência do cacho. Uma lata de sardinha furada a prego fazia as vezes de ralador e ela, menina, transformava, em polpa viscosa, o corpo tenro da fruta que acabara de colher.

## DOCE DE BANANA COM AÇÚCAR QUEIMADO

Ao fechar os olhos, Simone com toda certeza escuta o borbulhar das panelas em que sua mãe preparava um dos muitos doces de sua infância: da casca de laranja, de leite, de figo. *"Fui criada com doce"*, ela diz entre um sorriso escondido e uma gargalhada solta, certa de que o gosto açucarado dessas lembranças ainda habita suas papilas. Em seu quintal mora um belo pé de canela, essa árvore que é a consolidação da palavra aroma. O demorado mexer do doce faz desprender a presença da especiaria, que impregna a cozinha e a conecta ao quintal com uma sutil linha imaginária de sabor.

### INGREDIENTES

- 10 a 12 Bananas em rodelas. Quanto mais maduras melhor, aquelas mesmo esquecidas na fruteira sobre a mesa. O uso da fruta madura fará com que seja preciso usar menos açúcar, pois o dulçor nesse estágio está mais acentuado;
- Canela em pau e/ou demais especiarias da família aromática: anis, cravo...

- 100g de açúcar demerara ou cristal;
- Uma pitada de sal.

Faça do açúcar um caramelo, cozido lentamente até que tenha um belo tom ocre e escorra, espesso, pela colher. Coloque canela em pau e as especiarias que quiser. O tempo se encarrega de apurar esses sabores para que, aromático, o caramelo possa receber as bananas. Coloque as bananas e a pitada de sal e mexa sempre, mantendo o fogo baixo. Há quem goste de um doce mais pedaçado, com encontros esporádicos com as bananas ainda inteiriças. Caso prefira uma textura mais homogênea, mexa sem pensar muito e quando menos esperar lá estará um doce cremoso e malemolente. Para uma acidez deliciosa pode-se acrescentar suco de laranja ao cozimento, o que fará com que o tempo para chegar no ponto desejado aumente um pouco, mas cada volta a mais da colher de pau será recompensada.

## MANDIOPÃ CASEIRO

Simone demorou a dizer que uma de suas memórias mais frescas, dessas que são visitantes frequentes, era a do barulho que fazia quando ela, as irmãs e as primas se deliciavam com mandiopã, na infância. A lembrança é tão viva que decerto é possível ouvir as risadas que corriam soltas e o estalar do salgadinho na boca. Na tentativa de resgatar esse pequeno acontecimento infantil Simone preparou uma versão do mandiopã, como quem tenta acessar estradas já percorridas e, novamente, se maravilhar. Moram nessa receita dois ingredientes presentes nas mesas brasileiras: milho e mandioca, esse dois astros que pululam nas vidas de muitos. Aqui ganham forma e sabor de risadas da infância, dessas que resgatam importantes lugares de memória.

### INGREDIENTES

- 1 Xícara de fubá (pode substituir por canjiquinha ou farinha de milho);
- 2 Xícaras de caldo de legumes (junte cascas, aparas e folhas de ervas e vá congelando, assim sempre haverá

insumos para o preparo de um caldo);

- ½ Xícara de polvilho azedo;
- Sal a gosto;
- Temperos secos a gosto. Simone tem um apreço especial por louro e, certamente, recomendaria o uso dessa iguaria, em pó;
- Óleo para fritar.

Coloque o fubá, ou substituto, em uma panela e acrescente o caldo, o sal e os temperos secos, mexendo sempre até que vire um angu e desgrude do fundo. Retire do fogo e acrescente o polvilho, sovando a massa por dez minutos. Faça rolinhos e leve para cozinhar em água fervente até subirem à superfície. Quando estiverem frios leve-os à geladeira por doze horas, quando estarão com a consistência perfeita para serem fatiados como grandes moedas. Frite por imersão em óleo quente. Sim, a espera compensa e as mordidas barulhentas talvez possam te fazer resgatar memórias infantis como as de Simone ou até mesmo inventá-las, a cada intervalo entre um som e outro.

## PÓ DE QUIABO

Quiabos apontam para o sol em busca de luz. Quem os cultiva sabe que o segredo é colhê-los com frequência para que estejam sempre tenros, crocantes, com as pontas que estalam e se quebram quando dobradas. O tempo do quiabo é o da urgência e quando esse tempo se dilata eles se tornam fibrosos, impossíveis de serem mastigados, como se tivessem acumulado calor demais, todo o calor de um verão.

Wanusa aprendeu com a mãe a prepará-lo quando fibroso, fazendo dele um pó. Desidratando o 'fruto-caverna' ela tem quiabo o ano inteiro para usar em caldos, guisados ou na carne de lata que aprendeu a fazer com o pai. Assim, reduzido a pó, ele renasce e volta a impregnar o espaço-comida com seu particular sabor de sol.

### INGREDIENTES

- **Quiabos fibrosos: sabe-se que estão fibrosos quando a ponta não quebra com facilidade, sendo geralmente descartados nas feiras e sacolões.**

Para fazer dos quiabos um pó, é preciso uma fonte de calor constante, seja ela o sol ou o forno. Para secá-los ao sol, é necessário colocá-los em um tabuleiro por alguns dias, sempre lembrando de virá-los. Preparar no forno exige menos dedicação e vigília, basta que estejam por tempo suficiente em temperatura média, até que fiquem totalmente secos. Depois de desidratados, é hora de batê-los em um liquidificador ou processador até que virem pó. Resgatar o sabor do quiabo fresco a partir do quiabo em pó: essa é a beleza do tempo, do calor e da inventividade que passou de dona Amélia para Wanusa e agora para quem mais quiser reproduzir.

## DOCE DE JILÓ

### INGREDIENTES

- 1 kg de jiló;
- 1 kg de açúcar cristal ou demerara;
- Canela em pau, cravo e especiarias a gosto
- Folhas de figo;
- Uma pitada de sal.

Corte os cabinhos dos jilós e faça um corte em cruz na base, para que a calda possa entrar no legume. Coloque em uma vasilha com água e leve à geladeira, trocando o líquido pelo menos duas vezes ao dia, por três dias. Isso fará com que o amargor diminua consideravelmente. Ao final desse processo, prepare uma calda com o açúcar e as especiarias, coloque os jilós e acrescente as folhas de figo, cozinhe em fogo baixo até que estejam macios. Há quem acrescente cinzas de fogão à lenha, envoltas em uma trouxinha de tecido, para retirar ainda mais o amargor característico. Wanusa acredita que as trocas de água, pacientemente feitas, dão conta dessa tarefa. Fazer doce é um exercício de paciência que ela gosta de cultivar.

Wanusa diz que não é *“de guardar segredos”* quando o assunto é comida, pois mesmo que alguém prepare algo exatamente como ela ensinou, cada pessoa tem o seu *“sabor”*. Ainda assim, quando contou que as folhas de figo são o toque especial desse preparo, titubeou um pouco como se entregasse um tesouro muito bem guardado, envolto em papéis coloridos numa caixinha de sua memória. Logo depois, se deu conta de que saber o sabor do outro não é o suficiente para desvendar os mistérios que o cozinhar apresenta. Moram no silêncio de cada um os movimentos da colher de pau no tacho, o fogo controlado com maestria, o domínio do tempo e a mínima pitada de sal que realça o gosto do doce. Resignificar o amargor do jiló e, mais que isso, apresentar a quem come uma nova versão desse legume tantas vezes incompreendido, esse reluzente pedaço de verde desprezado por muitos. Para fazer o doce de jiló tem que ter *“muito borogodó, não é pra qualquer um”*, como nos lembra Wanusa.



## SALADA DE CHUCHU “ESPELHADO”

“*Chuchu brotado ainda é chuchu*”, é o que diz Belinha quando conta sobre o aproveitamento dos alimentos que muitos descartam por estarem “*velhos*”. Ela conta que aprendeu com a mãe que a comida se reinventa, se ressignifica, se transforma. Os talos das folhas se misturam às massas de bolinhos e os das ervas viram tempero verde quando batidos com sal e alho. Nada se perde, não há porque descartar comida em um espaço em que cada ingrediente é sagrado e deve se multiplicar para que seja possível alimentar a muitos. Belinha conta que a mãe fatiava o chuchu bem finamente e de modo que ele ficasse “*espechado*” para preparar uma salada com o legume já brotando, dando não só sinais de seu tempo de vida mas também de seu possível retorno à terra para gerar novos frutos.

### INGREDIENTES

- 2 Chuchus fatiados finamente no sentido do comprimento;
- 1 Cebola roxa fatiada;
- Suco de dois limões;
- Sal e pimenta a gosto (do reino moída ou dedo de moça em flocos para uma picância mais extrema);
- Salsa, coentro ou outras ervas frescas.

Deixe os chuchus marinando no suco de limão, sal e pimenta por pelo menos 10 minutos. Quanto mais finas forem as fatias, mais o sabor será absorvido por elas. Finalize com a cebola roxa e as ervas frescas. Chuchus quando comidos crus nos lembram ainda mais de que são parentes da água, mas a crocância contrasta com a liquidez, convidando o paladar a entender que nem tudo está traçado, tudo é surpresa e invenção.

## TUTU

Mais que feijão, é um “*creme de feijão*”, esse que, em dias de festa, é a estrela do quintal e alimenta mais de cem pessoas com fartura no *Reinado 13 de maio*. Na enorme panela, surgem borbulhas frenéticas que lançam no ar o cheiro maravilhoso que impregna o ambiente.

Parece simples que os grãos se transformem em creme, mas o preparo requer muita paciência, um toque de cachaça e a certeza de que, quanto mais tempo mexer, mais apurado ficará o sabor.

Belinha logo adianta que acelerar o processo colocando muita farinha de mandioca para engrossar, só torna o tutu pesado. É preciso que ele seja como nuvem, que desmanche e se espalhe pela boca, como quem invade um território levando aroma e suavidade.

### INGREDIENTES

- 1 kg de feijão carioca cozido e temperado (lembre-se de reservar a água do cozimento);
- 100g de farinha de mandioca;
- Alho e cebola picados em cubinhos;

- 1 Colher de sopa de cachaça;
- Ovos cozidos fatiados para servir, se quiser.

Bata o feijão cozido com parte do caldo, dosando o líquido para que se forme um creme. Coloque em uma panela o alho e a cebola e refogue, quando estiverem dourados, acrescente o creme de feijão, acerte o sal e coloque a cachaça. Quando começar a ferver vá colocando a farinha lentamente e misturando para não empelotar. Daí em diante é tempo, perseverança e movimentos contínuos. Belinha recomenda que se mexa sempre das beiradas para o centro, formando um infinito, um eterno gesto de mexer e mexer sem descanso.

A dose de cachaça faz os sabores se tornarem ainda mais acentuados, mas é preciso saber que a quantidade colocada não aumenta conforme o volume de feijão. “*Um toque é sempre um toque, não é para embebedar a comida*”, como Belinha nos lembra com veemência. O tempo do tutu só ele o dirá e as mãos que o mexem: respeitam e acreditam no porvir.

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

---

Santos, Luisa Macedo dos

O cheiro do gosto / Luisa Macedo dos Santos. —

1. ed. — Belo Horizonte, MG : Ed. da Autora, 2023.

ISBN 978-65-00-80362-4

1. Culinária — História 2. Memória 3. Mulheres

I. Título.

23-172091

CDD-641.509

---

Índices para catálogo sistemático:

1. Culinária : História 641.509

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

### Fotografias, textos e edição:

Luisa Macedo

### Co-edição:

Alessandra Sposetti

### Projeto gráfico:

João Emediato

### Revisão de texto:

Laís Velloso

### Produção:

Flávia Mafra

### Agradecimentos:

Agradeço imensamente às mulheres que me receberam em seus quintais e cozinhas e se dispuseram a compartilhar suas histórias: Isabel Casimiro, Lucia Rodrigues, Simone Abrantes e Wanusa Aparecida.

A quem colaborou de alguma forma para que este projeto ganhasse vida: Amanda Dias, Ana Flávia Macedo, Anna Thereza do Valle, Beatriz Matuck, Heloísa Etelvina, Luciana Molisani e Rafael Adorján.

Para ter acesso a vídeos, áudios e mais imagens do projeto acesse [ocheirodogosto.com](https://ocheirodogosto.com)

**Luisa Macedo** é mineira de estômago e paulistana de nascimento. Graduada e mestre em Artes Visuais, tem também formação em gastronomia. Nos últimos anos seu interesse está em pensar a interseção entre as artes e o patrimônio alimentar brasileiro, em suas produções em fotografia, texto e audiovisual. Dirigiu os curta metragens “*Comida de Quintal*” e “*Comida de vós*”, além de ter exibido suas obras em mostras no Brasil, Argentina, França e China.

ESTE PROJETO FOI REALIZADO COM RECURSOS DA LEI MUNICIPAL DE INCENTIVO À CULTURA DE BELO HORIZONTE | 0935/2020

REALIZAÇÃO:



INCENTIVO:



CULTURA



O CHEIRO DO GOSTO