



2

Especialidades Clássicas Regionais

SAMARA FERNANDES



Plano de Estudo

A seguir, apresentam-se os tópicos que você estudará nesta unidade:

- Outras culturas e a regionalização de ingredientes
- Características gastronômicas regionais italianas
- Características gastronômicas regionais francesas

Objetivos de Aprendizagem

- Compreender a influência de outras culturas na cozinha clássica.
- Assimilar como os produtos regionais adquiriram importância.
- Entender as características gastronômicas das regiões italianas.
- Explorar os aspectos gastronômicos das regiões francesas.

Introdução

Querido(a) aluno(a),

Nesta unidade, nosso foco de estudo será as especialidades regionais. Mas de que regiões você está falando, professora? – é o que você deve estar se perguntando. Estou me referindo às regiões que dividem a França e a Itália, pois são os países que constituem a base mais forte da gastronomia clássica e por isso as estudaremos com mais apreço.

No primeiro tópico, conversaremos um pouco sobre alguns povos que exerceram influência sobre a gastronomia francesa, seja inserindo algum costume ou ingrediente à culinária. Dessa forma, será possível entender a razão de termos ingredientes com característica alimentar de uma região e não de outra, dentro do mesmo país.

Ademais, os próximos tópicos constituirão realmente a divisão de regiões, os costumes de cada uma delas, bem como os ingredientes mais utilizados e consumidos na gastronomia – tanto da Itália quanto da França.

O que comem os italianos e os franceses? Vamos descobrir?





Outras Culturas **e a Regionalização de Ingredientes**

Nesta unidade, abordaremos os principais aspectos das gastronomias que originam a gastronomia clássica: italiana e francesa. Apesar disso, devemos ter consciência de que a culinária clássica, principalmente na França, passou por diversas transições e foi influenciada por diversos povos. Sendo assim, antes de entrarmos diretamente nas regiões de cada país para entender a gastronomia, vamos, primeiro, entender um pouco sobre esses acontecimentos.

De acordo com o Instituto Americano de Culinária (2011), a história aponta inúmeras invasões no território francês com objetivo de exploração. Pode-se, com isso, notar a atuação de alguns povos na origem da culinária local.



Datamos de 1500 a.C. a 500 a.C., em média, quando os gauleses celtas invadiram as terras que hoje conhecemos por França e ali instalaram métodos de plantação, técnicas agrícolas eficientes, dividindo o território em pequenas regiões, as províncias ainda conhecidas atualmente. Em 56 a.C. foi a vez dos romanos, que se instalaram no local e começaram a produzir uma vasta variedade de queijos (os queijos na França ficaram tão famosos que teremos um tópico exclusivo para eles na próxima unidade), também tinham hábito de pescar e caçar, o que se popularizou por todas as regiões: “nas lareiras, as carnes eram assadas no espeto ou fervidas em grandes

panelas suspensas com ganchos” (INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2011, p.132).

Passado mais tempo, já em 718 d.C. os mouros é que invadiram a França, passando pela Espanha, e trouxeram a cultura da criação de cabras, bem como uma série de novos ingredientes e até introduziram novos métodos de cocção no local, métodos esses que, a partir de então, fizeram parte da cultura do país e ainda fazem, afinal, até então os métodos de assar e ferver eram ainda rudimentares. O Instituto Americano de Culinária (2011, p.132) segue mostrando como os árabes influenciaram a gastronomia francesa:

Na Idade Média, eram comuns especiarias como pimenta do reino, cominho, anis, gengibre, galanga, canela e alcaravia, consequência de o comércio de especiarias fazer paradas nos muitos portos franceses. As influências árabes eram evidentes no uso de amêndoas e arroz como espessante, resultado das viagens dos cavaleiros franceses ao Oriente Médio.

Depois do casamento de Catarina de Médici, italiana, com o rei Henrique II, como já citado com mais detalhes na Unidade I, a gastronomia apresentou mudanças mais drásticas, mais modernas para a época, tornando-a também mais luxuosa, já se falava de uma *haute cuisine*. Foi por conta dessa união que a França teve um salto grande na culinária, até ficar tão conhecida e abastada como é. Nesse período, por volta dos séculos XVI e XVII, junto dessa culinária mais moderna, descobriram que, fazendo rotação nas lavouras, o rendimento

era maior e melhor, ou seja, tanto a quantidade quanto a qualidade dos vegetais aumentavam. Por consequência, passam a utilizar menos especiarias nos pratos, pois a função do excesso dos condimentos nas preparações era, inicialmente, mascarar o sabor dos ingredientes crus, bem como alguns eram reconhecidos por funções farmacêuticas ou dietéticas, e, apresentando mais qualidade, é possível estimar o sabor natural de cada elemento (FLANDRIN, 1998; INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2011).



Figura 10. Especiarias: canela, cardamomo, cúrcuma, anis, cominho, pimenta-do-reino, açafrão, entre outras.

O absolutismo, em Paris, acabou por favorecer o surgimento da *haute cuisine*, já que essa cozinha ostensiva, a boa mesa, era vista pelo rei como meio de poder, de mostrar ao povo seu prestígio e superioridade. Enquanto isso, o povo – seja da cidade ou da zona rural – precisava recorrer àquilo que a geografia local lhe favorecesse, deitando-se dos alimentos que eram produzidos nas redondezas (CSERGO, 1998).

Ainda antes de a gastronomia francesa se elevar ao patamar de grandeza, de tamanho reconhecimento mundial, alguns laudos deixados

!

"A partir do século XVII, os cozinheiros e os comilões esquecem, progressivamente, essas funções dietéticas e limitam-se a levar em consideração a harmonia dos sabores".

Fonte: Flandrin (1998, p.675).



na Idade Média apontam que já havia certa tendência a respeito das cozinhas regionais. Csergo (1998) apresenta como exemplo dessa perspectiva a torta de brie, nome no qual podemos notar a citação do local onde é produzido o queijo que dá a características principal à torta. Além desse, a autora explica que nos séculos XVII e XVIII são encontrados vários livros divulgando a região de produção dos pratos, *a la provençale*, *a la bourguignonne*, *a la flamande* etc. E, antes mesmo disso, consta que já no século XVI inúmeras produções – dentre elas queijos, manteiga, óleos, vinagres – eram vendidas com a reputação de seu local de produção.

Apesar dessa grande evolução, com o advento da Revolução Francesa (1789-1799), que gerou crise econômica por conta dos elevados preços dos gêneros alimentícios e queda na produção de cereais, os agricultores, que eram a parte maior da sociedade francesa, empobreciam

e ficavam sem emprego. Enquanto isso, os burgueses glorificavam a *haute cuisine* (INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2011)

Versão culinária dessa nova formulação das diversidades culturais que marca a década revolucionária, as cozinhas e as especialidades alimentares da “terra” ou das “províncias” – que, por comodidade, designaremos por “regionais”, embora ainda não existam as regiões oficiais – encontraram, desde então, sua inscrição nessa redefinição da complementaridade das diversidades que fundamenta a nação histórica, essa coletividade de homens unidos por uma continuidade, um passado e um futuro (CSERGO, 1998. p.806).

A queda da Bastilha acaba elucidando a importância que as particularidades de cada região têm, não apenas no contexto privado social, mas sim em âmbito geral, que esses ingredientes são parte de uma nação, que as particularidades são a representação daquela cultura local, que essas províncias apresentam uma riquíssima diversidade, tornando aquela gastronomia um elemento notável. A partir daí, as características geográficas tornam-se mania aos parisienses e todos aqueles aspectos que diferenciam um local do outro – não apenas no quesito gastronômico, como também na arquitetura e na flora, por exemplo – começam a surgir na literatura para definir as especialidades regionais (CSERGO, 1998).



Como é essa visão hoje? Consideramos sabor, dietética ou a combinação? Queremos enganar o gosto dos alimentos? Reflita!

Fonte: O autor.

Em meio a isso, pouco antes do marco da Revolução, deu-se o surgimento do restaurante (lembra do caso Boulanger, em 1765? Você pode retomar essas informações no tópico “O nascimento da gastronomia clássica”, na Unidade I) e, posteriormente, a divisão de serviços de alimentação mudou sua concepção. Passado o período de maior agitação, o governo revolucionário aboliu as confrarias – fornecedores de refeições especializados em preparos específicos estabelecidos pelo rei –, o que fez aumentar o número de restaurantes e passou a refletir a criatividade dos chefs ali presentes (GISSLEN, 2012).

Outra invenção importante que mudou a organização das cozinhas no século XVIII foi o fogão, *potager* em francês, que proporcionou aos cozinheiros uma fonte de aquecimento mais prática e controlável que o fogo aberto. Logo as cozinhas comerciais se dividiram em três setores: a rotisseria, sob comando do cozinheiro de assados e grelhados ou *rôtisseur*; o forno, sob comando do cozinheiro confeitoiro ou *pâtissier*; e o fogão, sob o comando do cozinheiro ou *cuisinier*. O cozinheiro de assados e grelhados e o confeitoiro reportavam ao *cuisinier*, que também era conhecido como *chef de cuisine*, que significa “chefe de cozinha” (GISSLEN, 2012, p.4).

Ainda que fortemente baseado na cozinha corte – marcada pela forte presença de Tayllerand e Carême –, as primeiras escritas a respeito de uma culinária regional começam a tomar forma, de

modo que apresentavam uma mistura entre as culturas da cozinha burguesa, de maior requinte, e a da cozinha camponesa, mais simples e rústica. Csergo (1998) afirma que, próximo ao século XIX, os primeiros livros de receitas “regionais” são publicados na França, sendo eles escritos tanto por cozinheiros profissionais quanto por donas de casa. Podemos citar a cozinha de Genebra, de Mulhouse e da Alsácia como exemplos de regiões que tiveram suas receitas coletadas e se tornaram livros. O gênero literário se alastra e até mesmo ícones internacionais são citados – os burgueses começaram acrescentar pratos de outras nações, afirmando que, de tão bons, poderiam ser encontrados em sua própria terra. A autora explica que, ao final do século, a evolução dessas obras chegou ao mais próximo do que temos hoje, livros culinários com as principais receitas da região, além da listagem de ingredientes, produtos e histórias locais, apresentando até mesmo os modos de se comer à mesa, quando se tratavam de aspectos distintos.

Essas obras apresentam componentes idênticos: publicadas por editores locais, destinadas a uma difusão local, elas organizam-se em torno do tema do solo regional, submetido a uma divisão não administrativa, mas histórica [...] Em todos os casos o autor é um representante da terra, notável ou erudito, depositário da “alma das gerações” que recolhe e transmite uma herança através da qual se expressa a pertença e a identidade do grupo (CSERGO, 1998, p.812).



“(Muitos hotéis e restaurantes ofereciam uma simples *table d'hôte* (ou refeição completa), o que não permitia grandes escolhas. A *Grande Cuisine**, um código cuidadoso estabelecido por Marie-Antoine Carême (1784-1833), que detalhava numerosos pratos e os respectivos molhos, era um estilo culinário muito adequado para casas reais e nobres, mas difícil de se manter em cozinhas de hotel que, geralmente, contavam apenas com um equipamento culinário rudimentar). Quando foi aberto o Hotel Savoy em Londres, em 1898, sob a direção de César Ritz e Geroges-Auguste Escoffier, a Grande Cuisine foi substituída por uma abordagem simplificada mais refinada, a que se chamou de Cuisine Classique (cozinha clássica)”.

Fonte: Instituto Americano de Culinária (2011, p.132). *Grande cuisine: haute cuisine.

Com o reconhecimento da gastronomia francesa em geral, no início do século XX, são escritas muitas obras parisienses, todas elas enfatizando a importância da cozinha clássica, da cozinha de tamanha riqueza que é a da França. Csergo (1998) explica que essas obras, inclusive, legitimam os pratos considerados autênticos: diferenciam a cozinha realmente regional, que representa uma das províncias francesas, da

cozinha camponesa, cujos preparos são improvisados; e também os pratos que o paladar nacional aceita (como o *confit* e o *foie gras*, da região de Périgord) de pratos de difícil absorção (como o *garbure* e *crucharde*).

Hoje, entendemos que a alta gastronomia faz parte da cozinha francesa, mas, como podemos notar, ela foi influenciada por inúmeros povos, bem como tem dominação em culturas variadas ao redor do mundo. Sendo assim, devemos ser conscientes que cada região do país tem características culinárias específicas. Não apenas a França, mas também a Itália, que é tida como forte ícone para a gastronomia clássica. É por isso que nos tópicos a seguir vamos conhecer um pouco mais dos ingredientes e cultura italiana e francesa regionais.



Figura 11. Foie gras servido com figos frescos

Afinal, apesar de termos o *foie gras*, como coloca o Instituto Americano de Culinária (2011), como um item primordial da *haute cuisine*, não é ele o alimento consumido em casa diariamente pelo francês. As especialidades regionais sempre acabam se sobressaindo.

Sequência de pratos

Antes de darmos início ao reconhecimento regional da Itália e da França, precisamos estar cientes de que para italianos e franceses a sequência dos pratos é importantíssima – no que diz respeito a uma refeição digna, a variedade e o tamanho da sequência são itens cruciais, variando de acordo com o tipo da refeição.

A exemplo de uma refeição simples, Coelho (2008) explica que se deve apresentar uma entrada, seja quente ou fria, um prato principal (*plat de résistance*), normalmente carne com legumes, em seguida, queijos para se consumir com pão e vinho e, por fim, uma sobremesa. O autor ressalta que essa é a ordem básica e que, a partir dessa composição, o número de pratos pode ser ilimitado, se o intuito for a boa recepção dos convivas.

A ordem de serviço mais clássica, mais tradicional, era composta por 12 sequências de serviço, que, ao longo dos anos, adequou-se à necessidade do consumidor – inclusive no quesito econômico (poder aquisitivo). Teichmann

(2000, p. 24) resume essa ordem em uma tabela comparativa:

Ordem dos serviços (tradicional)	Ordem dos serviços (atual)
1. Hors d'oeuvre frio (Entrada fria)	1. Entrada
2. Sopa	
3. Hors d'oeuvre quente (Entrada quente)	
4. Pescado	2. Pescado
5. Prato principal	3. Prato principal
6. Entrée	
7. Sorbet	
8. Assado	4. Sobremesa
9. Entremet	
10. Queijo	
11. Doce	
12. Fruta	

Tabela 1. Ordem dos serviços. Fonte: Teichmann (2000, p.24)

Na tabela acima, podemos verificar as transições. Inicialmente, eram servidos necessariamente uma entrada fria, uma sopa e uma entrada quente, ou seja, três serviços que, depois, foram resumidos a apenas um, podendo ser a escolha de um desses elementos. Teichmann (2000) explica que três dos serviços clássicos foram deixados para trás: o do sorbet, que era utilizado entre refeições com função de limpar o paladar do comensal, para que esse pudesse prosseguir com a sequência de pratos



sem interferência do prato anterior; os assados, que eram grandes peças inteiras, passaram a ser utilizados em serviços buffet; e os entremets, artigo de pastelaria que foi agregado aos doces e passou a fazer parte, de modo geral, da sobremesa.

Na Itália, não se considera jamais apenas um prato como principal. É comum servir, inicialmente, uma massa ou um risoto, nunca acompanhado de carne, pois este é um prato a parte que virá depois. O segundo prato, seja composto por ave, carne bovina, etc., é sempre rico em legumes, podendo ser servido um ou dois no mesmo prato ou até mesmo tomando maiores proporções e sendo os elementos principais – esses pratos à base de legumes são chamados de *contorno*. Em seguida ao *contorno*, apresenta-se um prato de salada, de extrema importância pela sazonalidade e leveza, de modo a refrescar o paladar e prever a obra final da refeição. Se a refeição é em casa, normalmente, servem-se frutas como sobremesa – no máximo marinadas –, deixando doces assados ou mais elaborados para ocasiões especiais ou restaurantes. Claro que as refeições mais completas são feitas fora de casa, em restaurantes, mas os italianos prezam pela alimentação plena – quando dispõem de tempo (HAZAN, 1997).

Atualmente, restaurantes na França costumam expor seus cardápios na parte externa do estabelecimento já com a indicação de preços, para que as pessoas tenham acesso aos pratos ofertados pela casa e não entrem no estabelecimento sem ideia prévia do que é servido naquele

local ou o quanto ela poderia gastar com aquela refeição (COELHO, 2008).

Os cardápios (*menus* ou *formules*) mais em conta oferecem, em geral, uma entrada, um prato principal, um prato de queijos ou uma sobremesa, além de uma pequena jarra de vinho. Para cada prato, há sempre algumas opções, de forma que cada cliente possa montar a sua própria sequência. As propostas de menu mais caras já oferecem um maior número de pratos, como um *consommé* ou um caldo leve, duas entradas (uma fria e outra quente), além do prato principal, queijos, sobremesa, café e licor. Pão não precisa ser pedido, pois será sempre servido ao longo de toda a refeição, e uma jarra de água de torneira pode sempre ser solicitada sem qualquer custo, pois, por lei, servir água é obrigatório onde quer que se sirvam refeições ao público (COELHO, 2008, p.224).

O parágrafo apresentado deixa claro os costumes não só dos franceses como dos italianos com relação ao serviço de sequência de pratos. Fica evidente que a evolução se ajusta ao bolso do cliente e à rotina do cotidiano, de modo que cada um pode escolher o que se adequa ao momento. Ainda assim, o número extenso demais de pratos servidos já caiu em desuso mesmo nos banquetes mais sofisticados. E, se há uma regra a ser seguida com relação à distribuição dos pratos, é de sugerir os pratos mais leves primeiro, depois os mais pesados e, por último, o doce, de modo que haja harmonia na sequência e que um sabor não mascare o outro.







Características **Gastronômicas Regionais Italianas**

A cozinha italiana é vista pelos próprios italianos como uma cozinha de regiões, cada qual com sua especialidade, ingredientes, cultivos e preferências. E isso acontece, como explica Hazan (1997), porque, dentro do próprio país, a cultura é diversificada, sendo uma culinária diferente da de outro local. A autora exemplifica comparando a mesa de Veneza com a de Nápoles: ambas utilizam em comum os frutos do mar, porém, enquanto os venezianos apropriam-se de uma culinária leve, os napolitanos abusam de sabores exagerados. E isso não acontece apenas entre as duas regiões citadas, e sim entre várias outras que compõem a riquíssima gastronomia da Itália. Além disso, dois aspectos topográficos interferem na variação cultural entre uma região e outra, são elas: a montanha e o mar.



Figura 12: Mapa da Itália

Como é possível verificar no mapa, a Itália é uma península em forma de bota que apresenta território tanto no Mar Mediterrâneo quanto no Mar Adriático, além de se unir à Europa pelos Alpes. Sendo assim, já temos a ideia de que os produtos encontrados em área banhada por mar é diferente de áreas não banhadas. As montanhas também interferem nas mudanças climáticas, enquanto próximo aos Alpes o inverno apresenta-se rigoroso, o território banhado pelo Mediterrâneo apresenta clima mais ameno (HAZAN, 1997).

A Comida [italiana], seja ela simples ou elaborada, é preparada no estilo das famílias. Não existe uma *haute cuisine* italiana porque, igualmente, inexistem altos ou baixos caminhos que levem à culinária italiana. Todos os caminhos conduzem ao lar, conduzem *a la cucina di casa* – a única que merece ser chamada de cozinha italiana (HAZAN, 1997, p.5).

A postura da autora com relação à cozinha italiana nos mostra claramente que o peso dessa gastronomia está na diversidade de ingredientes e na vastidão de preparações elaboradas em cada lugar com o que é sazonal, com o que é riqueza local. Ainda assim, vale lembrar que foram a sofisticação dos simples preparos e da mesa posta e os detalhes minuciosos dessa cultura que, levados à França, possibilitaram a evolução de uma cozinha que chegou a ser aclamada por cozinha clássica.

Antes de tudo, você deve saber que o sabor italiano é construído a partir de uma base. Essa base é utilizada para aprimorar o ingrediente principal, seja um risoto, uma sopa ou qualquer outro prato. Essa base pode ser uma das três técnicas básicas que Hazan (1997) explica: *battuto*, *soffritto* e *insaporire*.

O *battuto* vem de “bater”, sendo que a técnica é basicamente a de misturar ingredientes e batê-los com uma boa faca até estarem esmiuçados em uma tábua. A mistura clássica costuma levar toucinho, salsa e cebola. De acordo com a variação do prato,

acrescentam salsão, alho ou cenoura e, atualmente, utilizam mais o azeite em substituição ao toucinho.

O *soffritto* nada mais é que o *battuto* depois de suado em frigideira até que a cebola esteja dourada (e o alho, quando utilizado). Muitas vezes, todos os ingredientes são salteados juntos, porém, é indicado separar cebola e alho, sendo que a cebola deve ir à frigideira primeiro e depois de transparente o alho. Ao ponto que o alho esteja dourado, adiciona-se o restante do *battuto*.



“Em geral, mas nem sempre, um *battuto* se torna um *soffritto*. Às vezes, pode-se misturá-lo com outros ingredientes do prato, resultando naquilo que se designa por a crudo (em estado cru), para usarmos a expressão italiana. Esta é uma prática à qual alguns recorrem para obter um sabor menos acentuado [...] o pesto [é] um verdadeiro *battuto a crudo*, embora este, talvez por ter sido tradicionalmente esmagado com um pilão, em vez de picado com uma faca, nem sempre seja reconhecido como tal”.

Fonte: Hazan (1997, p. 8)

O *insaporire* é o ponto que procede ao *soffritto* e significa “conferir sabor”. Ou seja, quando o *soffritto* chegou à coloração ideal, deve-se acrescentar os legumes ou ingredientes principais com o fogo alto e saltear, para que o sabor seja espalhado por todos os elementos.

Agora sim! Neste tópico, vamos conhecer algumas regiões italianas, caracterizá-las para entender o que o solo permite colher, quais produtos são mais comuns e mais consumidos em cada uma dessas delimitações e como é a cultura gastronômica desse povo. As informações que seguem a respeito de cada região são embasadas em duas principais fontes de pesquisa que foram cruzadas: Piras (2008) e Instituto Americano de Culinária (2011).

Região Norte

A região Norte da Itália é uma das mais prósperas e industrializadas do país, o que influi nos hábitos alimentares. É composta por Valle d'Aosta, Piemonte, Lombardia, Emilia Romana, Trentino – Alto Ádige, Vêneto e Friul – Veneza Julia, cada qual com suas características.

A culinária oferecida no **Valle d'Aosta** é simples, porém muito nutritiva, comum em regiões montanhosas. Alguns dos pratos comuns do local são as sopas de pão, bem quentes e substanciais; a *fondue*, semelhante ao *fondue* de

queijo; a polenta; o pão de centeio; e imensa variedade em charcutaria. Também consomem muita carne de vaca e de porco, sendo os métodos de cocção mais comuns os cozidos, assados e estufados, seja com nata ou manteiga. Note que esses ingredientes combinados resultam em alimentos ricos em calorias, o que é proposital devido às necessidades nutricionais diferenciadas e ao clima montanhoso, mais frio.



Figura 12. Pão de centeio: tradicional no Valle d'Aosta

Piemonte apresenta uma gastronomia focada em sabor e aromas de boa qualidade, sendo o Outono o ápice da culinária, pois é nessa época do ano que procuram mais pelas trufas, outros cogumelos, nozes e avelãs. Além desses, o alho, a caça, legumes frescos, queijo e o arroz são alimentos primordiais dessa região, bem como o vinho, famosos por apresentarem características de superioridade. Algumas especialidades

comuns dessa região são a *bagna coada*, legume piemontês com molho espesso de anchovas, risoto *a la piemontese*, queijo gorgonzola e o *castelmagno*.

A **Lombardia** deixa o macarrão em segundo plano e assume a preferência pelo risoto. Habitualmente, consomem queijo após as refeições – a exemplo do *robiola* ou grana padano – e trocam óleos vegetais por manteiga. Pratos bem comuns da região são o risoto com ossobuco, ravióli recheado com abóbora (regado com manteiga derretida), peru ou galinha recheados e a *casoeula*, além desses, as carnes e caças costumam ser acompanhadas por uma dourada polenta.

A gastronomia da **Emilia-Romana** é extremamente marcada pelos famosos presuntos e mortadelas frescas, parmesão condimentado e macarrão caseiro. Esse macarrão caseiro é habitualmente servido com molhos, pratos de carne, caças, artigos de pastelaria doces ou salgados, sobremesas, vinhos e o vinagre balsâmico (tradicional da região e feito por alguns poucos produtores). São conhecidos também por pratos de carne estufada, por erbazzone e pé de porco recheado. Outros produtos disponíveis na Emilia-Romana são o lambrusco, a piadina e um pão tradicional – fino e chato, cozido em forno a lenha.

A região de **Trentino** credita a seu favor o preparo de peixes de água doce, gnocchi com ricota e frango recheado à moda Trentino.

Fortemente influenciados por eslavos, austríacos e húngaros, os trentinos têm hábito de consumir o gulasch e o strudel. Além desses, a batata, a couve, os canederli (parecido com uma almôndega de pão), a massa, o tomate e o azeite são comuns nas refeições.

A cozinha de **Vêneto** é baseada na preparação de risotos, seja com frutos do mar ou peixes, abóbora, espargos, chicória ou cozinhas de rã. Consomem muito as leguminosas – como feijão – com azeite, também arroz com ervilhas novas e tenras, bacalhau, anchovas, *soppressata* e salame de alho. Ainda são produtores de uma variedade rica de legumes.



Figura 13. Soppressata

Friul e Veneza Julia são conhecidas pela boa cozinha e por bons vinhos (entre os melhores produtores italianos). Também produzem presuntos famosos, toucinho e queijo Montasio.

Por influência austríaca, húngara e eslovena, consomem salsichas de Viena, muita carne de porco, gulasch, coelho da Boémia, pudins, cremes e strudel.

Região Central

A região Central da Itália apresenta semelhanças com a região sul por ser próxima ao Mar Mediterrâneo. É composta por Ligúria, Toscana, Úmbria, Marcas, Lácio, Abruzzos e Molise.

A gastronomia da **Ligúria** é extremamente regional, pois eles dão preferência aos produtos que se encontram em sua redondeza, os peixes de seu mar e cultivos de suas terras. Isso vale para as ervas aromáticas muito consumidas, aos legumes frescos, peixes e frutos do mar e, até mesmo, aos ovos. Tortas apimentadas são características da Ligúria, como a *torta pasqualina* e a *torta marinara*, além dessas, eles chamam sua pizza própria de *pizza all'Andrea* (semelhante à focaccia, coberta com cebolas e anchovas). Consomem também cogumelos, queijo fresco (ricota) e azeite.

A área mais rural da **Toscana** é mais especializada em carnes e caças assadas no espeto ou grelhadas. Já na área mais urbana, pratos como a *bisteca alla fiorentina* ou *spiedino toscano* são mais aceitos – carnes assadas em espeto também,

porém mais sofisticadas, com azeite e alecrim. Nessa região, predomina o consumo de leguminosas, pão, queijos, legumes e frutas secas. Eles próprios afirmam, também, que foram os criadores do tão famoso gelado italiano.

A culinária oferecida na **Úmbria** tem grande influência religiosa e finda por ser mais natural, mais singela. Os métodos de cocção mais utilizados são cozidos e assados, normalmente com tempero de azeite puro e ervas (suaves). Utilizam ingredientes sazonais, ou seja, mais legumes na primavera, mais caça e trufas negras no outono e inverno. Por ter como grande riqueza as trufas negras, utilizam-na em alguns preparos clássicos da região: mistura com outros ingredientes (como anchovas e alho) para preparar guisados que são servidos com massas, elaboram omeletes e, também, colocam na *torta di pasqua*.

Marcas, ou Marche, é uma região dividida com relação ao tipo de consumo alimentar. Enquanto na área costeira consomem-se mais peixes e frutos do mar (sejam grelhados ou em sopas), nas colinas a preferência é para a carne do javali e do porco – de cujos pernis tornam-se belíssimos presuntos. Leitão, frango e peixes são normalmente recheados com azeitonas sem caroço. Os habitantes da região se autointitulam criadores do leitão assado inteiro rodando no espeto. O tagliatelle recheado com ragu é comumente preparado em Marcas, servido apenas com um molho de modo simples, para que não

se perca a ênfase que deve ter o recheio.

Em **Lácio** – e Roma – desde as tabernas o consumo de alguns produtos é comum, como as massas, brócolos, feijão, rábano, queijo de ovelha, bem como os pratos *bavette ala carretiere*, *spaghetti ala puttanesca* e *spaghetti ala carbonara*. O consumo de cappuccino é extremamente comum entre os romanos que costumam frequentar cafés logo pela manhã.

Abruzos e **Molise** têm em sua cozinha o traço



Figura 14. Spaghetti alla carbonara

picante, proveniente, na maioria dos casos, da pimenta piri-piri esmagada. Terra rica em agropecuária e agricultura, de onde tiram os legumes e a carne utilizados junto das massas frescas feitas com auxílio da *chitarra*. A carne de borrego é uma das mais consumidas, bem como queijos aromáticos.



Figura 15. Chitarra

Fonte: <<http://viagemculinaria.blog.br/wp-content/uploads/2014/10/MOLISE-CHITARRA.jpg>>.

Região Sul

A região Sul da Itália é a menos desenvolvida do país, em contrapartida, é onde os aspectos de união familiar são mais predominantes. É composta pela Campânia, Basilicata, Apúlia, Calábria, Sicília e Sardenha.

Nápoles, na região de **Campânia**, apresenta uma cozinha simples por conta da correria cotidiana. Produtos como tomate, pimentos, cebolinhas, batatas, alcachofras, funcho, limões ou laranjas crescem vistosos nessa terra, por conta do solo fértil aos arredores do vulcão Vesúvio. Por ser uma região banhada, consomem-se muitos peixes e frutos do mar. Porém, além do grande consumo de carne – principalmente para o ragu das massas – o leite de búfala é utilizado para fabricar a Mozzarella da Campânia. Os pratos

mais reconhecidos da região são: omeletes, sopas de peixe, assados mal passados, pratos variados feitos com legumes, massas e pizza. A salada caprese é uma criação clássica dessa região.



Figura 16. Insalata caprese



A culinária de **Basilicata** é famosa pela salsicharia. Quando os porcos são abatidos – muitas vezes, a engorda e matança desses animais são feitas de forma doméstica –, logo são transformados em *lucanica*, *pezzenta* ou *cotechinata* (salsichas artesanais). Parte dessa carne também é feita no espeto e, além dessas, gostam bastante da carne de carneiro e de borrego. Igualmente à Campânia, são grandes consumidores de piri-piri e, além disso, dão grande valor às massas e ao queijo provolone.

A **Apúlia** nos oferece uma cozinha rústica, em que se coloca muito alho e cebola em inúmeras preparações. É a região que produz a maior parte do trigo duro utilizado para fabricar as massas italianas. Cultivam tomate, courgetes, brócolos, pimentos, batata, espinafres, berinjelas, couve de Bruxelas, funcho, chicória, grão-de-bico, lentilhas, feijão e favas. Além desses, o azeite é essencial à mesa nessa região.

O povo árabe levou à **Calábria** tangerinas, limões, passas, alcachofras e berinjelas, produtos até hoje produzidos e consumidos na região, caracterizando a gastronomia local. Vale reforçar

a produção e utilização da berinjela que é realmente fonte de lucro dos habitantes desse território.

Sicília é a região de grande apreço por damascos, açúcar, citrinos, melões doces, arroz, açafrão, passas, noz moscada, cravinho, pimenta e canela. Além desses, posterior a influências estrangeiras, passaram a utilizar cacau, milho, peru e tomate. Partindo de grande criatividade, os chefs locais são favoráveis a uma culinária colorida, doce, saborosa, aromática, exótica e simples.

Por fim, a região da **Sardenha**, pouco acessível a visitantes por ser uma ilha, tem na gastronomia, por ironia ao acesso fácil à água do mar, maior consumo de animais de pastoreio, como leitão e javali. Esses costumam ser feitos assado, no espeto ou cozidos de forma rústica com legumes selvagens e feijão. Também consomem pão seco e achatado, mirto e hortelã, posicionando-os como cozinha antiga.

Verifique na tabela os ingredientes que fazem parte da dieta principal em cada região italiana:

REGIÕES DA ITÁLIA		
Região	Cidade Principal	Características da Culinária
Norte da Itália		
Valle d' Aosta	Aosta	Manteiga, queijo de leite vaca, creme de leite, nhonque, presunto cru, carnes fervidas, peixes de água doce
Piemonte	Turim	Manteiga, nhonque, macarrão (ravióli, <i>fettuccini</i>), cogumelos porcini, trufas brancas, peixes de água doce, carne de porco, de boi, vitela; ferver
Lombardia	Milão	Manteiga, queijo de leite de vaca, creme de leite, maçãs, peras, <i>radicchio</i> , açafrão, arroz, risotos, milho, polenta, carne, vitela; ferver, brasear
Emília-Romanha		Banha de porco de Bolonha, manteiga, maçãs, peras, cerejas, tomates, aspargos, beterrabas, trigo, macarrão fresco (lasanha, <i>tagliatelle</i> , <i>tortellini</i> , <i>agnolotti</i>), milho, vinagre balsâmico, <i>parmigiano-reggiano</i> , porco processado (<i>prosciutto</i> , <i>mortadella</i> , <i>coppa</i>)
Trentino-Alto Ádige	Trento	Manteiga, repolho, batatas, arroz, polenta, nhonque, <i>strudel</i> , peixes de água doce, bacalhau salgado, <i>prosciutto</i> (San Daniele)
Vêneto	Veneza	Manteiga, azeite de oliva, maçãs, peras, beterrabas, cebolas, ervilhas, <i>radicchio</i> , arroz, polenta, macarrão (<i>bigoli</i>), bacalhau salgado, enguia, <i>scampi</i> , fígado, peru
Friul-Veneza Júlia	Trieste	Manteiga, alcaravia, milho, batatas, polenta, raiz-forte, páprica, feijão, peixes e frutos do mar, veado
Itália Central		
Ligúria	Gênova	Azeite de oliva, frutas cítricas, vegetais, ervas aromáticas, <i>pesto</i> , vinho, macarrão fresco e seco (ravióli), <i>farinata</i> , feijão, peixes e frutos do mar, ensopados e sopas de peixe, coelho
Toscana	Florença	Azeite de oliva, queijo de ovelha, melão, tomates, <i>cavolo nero</i> , espinafre, castanhas, nozes, trigo, macarrão fresco (<i>pappardelle</i>), pão sem sal, feijão branco, vinho, peixes de água doce, frutos do mar, carne de boi, caça, aves; grelhar e assar
Úmbria	Perugia	Azeite de oliva, queijo de ovelha, trufas negras, cogumelos <i>porcini</i> , macarrão seco, pão sem sal, lentilhas, castanhas, peixes de água doce, porco, carne de boi, carneiro, carne curada; assar no espeto



Marcas	Ancona	Azeite de oliva, erva-doce, trigo, macarrão seco, pão sem sal, lentilhas, vinho, sopas e ensopados de peixe, bacalhau seco, caracóis, porco, gado charolês
Lácio	Roma	Banha de porco, queijo de ovelha, alcachofras, ervilhas, macarrão (espaguete, <i>rigatoni</i> , <i>bucatini</i> , <i>fettuccine</i> de ovos), carne de boi, carneiro, porco, aves; fritar
Abruzos	L'Aquila	Azeite de oliva, queijo de ovelha, crepes, pimentas, macarrão fresco e seco (<i>maccheroni</i> , <i>spaghetti alla chitarra</i>)
Molise	Campobasso	Azeite de oliva, queijo de ovelha, macarrão fresco e seco (<i>maccheroni</i>)
Sul da Itália		
Campânia	Nápoles	Azeite de oliva, queijo de ovelha, mozzarella de búfala, frutas cítricas, tomates, erva-doce, macarrão seco (espaguete, <i>penne vermicelli</i> , <i>rigatoni</i>), pizza
Basilicata	Potenza	Azeite de oliva, queijo de ovelha, macarrão seco, pimenta, porco, linguiça
Apúlia	Taranto	Azeite de oliva, queijo de ovelha, batatas, amêndoas, trigo, macarrão fresco e seco (<i>orecchiette</i>), pimentas, feijão, ostras, mariscos, carneiro
Calábria	Catanzaro	Azeite de oliva, tomates, berinjela, pimentas, cogumelos, macarrão seco, carneiro, cabra, porco, veado, peixes de água doce
Sicília	Palermo	Azeite de oliva, frutas cítricas, uvas-passas, tomates, berinjela, pimentas, amêndoas, marzipã, trigo, cuscuz, macarrão seco, vinho, açafrão, canela, mel, sardinhas, anchovas, atum, peixe-espada, carneiro, porco, cabra, doces
Sardenha	Cagliari	Azeite de oliva, queijo de ovelha, ervas aromáticas, castanhas, avelãs, macarrão seco, pão chato (<i>carta da música</i>), carneiro, porco

Tabela 2. Características da culinária regional da Itália
Fonte: Instituto Americano de Culinária (2011, p.140-141).

Na tabela, você pode conferir as regiões da Itália separadamente, com as características culinárias de cada uma. Agora, vamos seguir para a França? Espero-te no próximo tópico.







Características **Gastronômicas Regionais Francesas**

A gastronomia francesa também apresenta características específicas de acordo com as regiões. Considerando a culinária, o Instituto Americano de Culinária (2011) divide a França em: noroeste, nordeste, sudeste e sudoeste. O país tem forma de hexágono, é limitado pelo canal da Mancha a noroeste, Bélgica e Luxemburgo a nordeste, Alemanha, Suíça e Itália a leste, Mar Mediterrâneo a sudeste, Espanha e Andorra a sudoeste e baía de Biscaia e o oceano Atlântico a oeste. Apresenta regiões montanhosas, com clima diversificado – verão e inverno suave no oeste, quentes no interior e muito frio nas montanhas –, o que auxilia na caracterização gastronômica. A agricultura é disseminada por mais da metade do país, o que inclui a vinicultura (INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2011).



Figura 17. Mapa da França

Para conhecer melhor as características de cada região, faremos um levantamento dos produtos mais consumidos, entenderemos a cultura alimentar que constitui essa nação. Como embasamento teórico dessa pesquisa, foram utilizadas duas principais fontes: Instituto Americano de Culinária (2011) e Dominé (2001).

Região Noroeste

A região Noroeste da França é caracterizada pelo clima marítimo, com verões suaves, menos o Centro, que apresenta invernos rigorosos e

verões intensos. É composta pela Bretanha, Baixa e Alta Normandia, País de Loire e o Centro.

A **Bretanha** apresenta uma costa rochosa e é local de apreço daqueles que gostam da boa gastronomia. Consomem-se muitos frutos do mar, principalmente lagostas e marisco de concha, ainda assim, os produtos do interior sempre tiveram preferência à mesa na Bretanha e, antigamente, utilizavam o trigo sarraceno para preparar finos crepes. Atualmente, também criam gado, galinhas poedeiras, porcos e vacas leiteiras, cujo leite é direcionado para a produção de manteiga.

A **Alta e Baixa Normandia** também oferece variedade em frutos do mar, porém, os linguados e as vieiras é que têm a atenção. Grande produtora de maçãs, a Normandia também produz sidra. Sem esquecer-se do queijo *camembert*, que é também originário da Normandia.



Figura 18. Queijo Camembert

País de Loire e o Centro são também conhecidos como jardim francês, por conta da grande produção de cerejas, que originam o *Guignolet* (licor), de peras *Belle-Angevine* (frequentemente cozidas no vinho tinto), de morangos, melões e outras frutas. Também cultivam *champignons*, consomem inúmeras espécies de peixes, criam aves (nobre galinha *Géline*), borregos, vitelos, vaca charolesa e ainda produzem um dos melhores queijos de cabra da França.

Região Nordeste

A região Nordeste da França é fortemente influenciada pelo sul alemão, apresenta solo fértil e é banhada pelo rio Reno. É composta por Nord-Pas-de-Calais, Picardia, Champagne-Ardenne, Île de France, Alsácia, Lorena e Franco-Condado.

A região Nord-Pas-de-Calais e a Picardia apresentam características gastronômicas semelhantes, isso se dá devido ao fato de dividirem uma fronteira territorial. Essas regiões apresentam uma produção agrícola forte e específica, encontrando-se trigo, beterrabas sacarinas, chicórias, endívias e batatas. Os animais mais consumidos são o porco e uma variedade considerável de peixes.

A região de Champagne-Ardenne é mundialmente famosa por conta dos vinhos, os champanhes – vinhos com bolinhas,

espumantes, associados ao luxo. Para além disso, em Ardenne, encontra-se grande número de caças e de presuntos, sem deixar de citar a preferência pelo porco (tanto para charcutaria quanto para consumo da carne fresca). Também cultivam cevada, trigo e centeio. Alguns pratos tradicionais de Ardenne são: *tournedos de chevreuil au jambon de sanglier gratiné à l'oignon* e *rouelles de jarret de marcassin braisées au cassis*.

Île de France, cuja capital é Paris, tem uma cultura gastronômica rica, com padarias tradicionais (em que se oferecem as famosas *baguettes*), queijarias e charcutarias de luxo (com exposição de trufas, *foie gras* e caviar). Apesar de muitas afirmações delatarem que não há uma culinária própria – por conta da variedade gastronômica – pratos com *entrecôte bercy*, *hachis parmentier* e *navarin d'agneau* são característicos dessa região.



Figura 19. Hachis Parmentier



Figura 20. Pretzel

A cozinha da **Alsácia** oferece pratos como empadas e empadões, salsichas e carnes frias baseados em defumados e técnicas de salga. O chucrute, feito à base de repolho, é de origem Alsácia, mas ficou conhecido e tornou-se popular por toda a França e Alemanha. Essa região é rica na diversidade de pães, sendo o mais original deles o *pain de métil* (pão de mistura). Apesar disso, outro pão alsaciano é o mais conhecido, atualmente, ao redor do mundo, o *pretzel*.

Lorraine é ainda uma região muito rural e, por conta disso, consomem-se muitos peixes de rio e comida simples. Como a Alsácia, tem domínio nas técnicas de defumar e salgar. Além do famoso *quiche lorraine*, a região é conhecida por pratos como pastéis de carne, doces manás, madalenas, babás e tartes de rainhas-cláudias

e produtos como a nata, manteiga, ovos, carne de porco, bolos, compotas, frutas e sumos de frutas são comumente consumidos pelos habitantes.

Região Sudeste

A região Sudeste da França é característica do clima mediterrâneo ao sul, faz margem com a Itália e a Suíça ao leste e a oeste encontra-se o vale do rio Ródano. É composta por Borgonha, Auvergne, Limousin, Ródano-Alpes, Provença-Alpes-Côte d'Azur e Córsega.

A cozinha que a **Borgonha** nos oferece é de tradição gastronômica, tendo o vinho como carro chefe, afinal, há preocupação com a casta das uvas, com o solo, com a sabedoria dos vinticultores e com o clima. Produtos como galantina de presunto, perca, lagostins do rio, caracóis, aves de Bresse, *Charolais*, caças, groselhas, bolos de mel e queijos *chaource* ou *epoisses* são facilmente encontrados na Borgonha.

Auvergne apresenta terras vulcânicas, o que possibilita o plantio de lentilhas e a produção de queijos. Isso também privilegia a qualidade da água mineral, que é o líquido que, muitas vezes, substitui o vinho na mesa da população desse local. Essa terra ainda produz uvas, repolho e trigo e há grande consumo de carne de boi, pato e carneiro.

Em **Limousin**, o território é montanhoso e utilizado, principalmente, para o pastoreio de ovelhas e bovinos – em alguns locais também se criam coelhos para consumir a carne, que é servida em pratos como *lapereau à la moutarde violette* (coelho em molho de mostarda). Na continuidade, encontram-se muitas caças, pato, carneiro e cogumelos.

Na região de **Ródano-Alpes**, encontram-se muitas frutas, legumes, aves de Bresse, galinhas da Angola de Drôme e peixes. São conhecidos por conta da charcutaria, mas principalmente pelos queijos de qualidade – inclusive queijo de cabra. Muitos cozinheiros famosos passaram por essa região em que se encontram ingredientes frescos – damascos, maçãs, cerejas, melões, vagem, aromáticos, etc. –, como Paul Bocuse e os irmãos Troisgros. As *quenelles* são originárias dessa região.



Figura 21. Quenelle ao caldo de crustáceos

Provença é a região charmosa da França. Nela, encontram-se palmeiras, limoeiros e campos de alfazema. Além de originar o famoso prato *bouillabaise*, produz frutas, legumes, ervas, azeitonas, azeites, mel, queijo de cabra, carne de borrego e de touro, vinhos doces e secos e inúmeros doces. Em plenitude com as cores dos pratos, os sabores são também ricos, não faltando alho e anchovas.



Figura 22. Bouillabaise

Limão, laranja e olivas não faltam em **Córsega**. A região é também ilustre pela criação de cabras, ovelhas, borregos e cabritos, sendo o queijo bem picante. Para a produção de pães, encontram-se muitas castanhas que viram farinha. Os limões já citados são utilizados na produção de bolos, em que também se utilizam castanhas para agregar sabor.

Região Sudoeste

A região Sudoeste da França é predominada pelo clima marítimo e divide terras com a Espanha e Portugal. É composta por Midi-Pyrénées, Languedoc-Roussillon, Aquitânia e Poitou-Charentes.

A culinária da região de **Midi-Pyrénées** é conhecida por conta dos presuntos e da charcutaria, mas aponta a carne de patos e gansos como as favoritas. Um prato muito famoso de Midi-Pyrénées é o *cassoulet*, no qual se utiliza o feijão seco para produção e, por isso, plantado no território. É uma região em que se encontram cogumelos selvagens, cordeiros de leite, queijos (o *roquefort* é proveniente dessa região, para o qual utiliza-se o leite de cabra cru na produção). **Languedoc-Roussillon** é uma região rica em

ingredientes frescos, em que se consomem cogumelos (principalmente o *porcini*), castanhas, frutos silvestres, mel, borrego ou caça, charcutaria, empadas, queijo de cabra e o roquefort. O *crème catalane* e os torrões (*torrone* no Brasil) são originais dessa região.

A região de **Aquitânia**, sendo Bordeaux a cidade principal, exhibe uma belíssima produção de vinhos. A atividade pesqueira é tradicional e o consumo de bacalhau, por esse motivo, é grande, mas vai além disso, encontramos também ostras, mariscos, caranguejos, atum, anchovinhas, dentre outros. Com relação às aves, também há uma criação variada: frango, pato, ganso, pombo e peru. Essa é uma região também de solo fértil, tanto para encontrar uma variedade consolidada de cogumelos selvagens, como frutas, legumes e leguminosas.

O queijo de cabra é o mais produzido e consumido na região de **Poitou-Charentes**. Aí também se criam vacas e aves de grande qualidade, bem como o melhor *crème fraîche* e manteiga. Porém, apesar de o solo produzir feijão, trigo, cevada, milho e castanhas, é o conhaque que toma a frente e é reconhecido como produção de origem principal dessa província.

Na tabela a seguir, você encontra com mais simplicidade quais os ingredientes principais constituintes da dieta de cada região da França.



Figura 23. Crème catalane

REGIÕES DA FRANÇA		
Região	Cidade Principal	Características da Culinária
Noroeste da França		
Bretanha	Brest	Maçãs, morangos, vagens, couves-flores, batatas, alcachofras, cidra, crepe, peixe e frutos do mar (ostras Bélon, lagosta, mexilhões, arraia, cavala, linguado), peixe salgado, carneiro, pato, peru
Baixa e Alta-Normandia	Cherbourg, Rouen	Leite de vaca (queijo Camembert), creme de leite, manteiga, mel, maçãs, cidra, Calvados, peixes e frutos do mar (linguado, arenque, bacalhau, mariscos, ostras, camarões, caranguejo Dungeness), carne de boi (bucha), porco, carneiro, pato, frango
País do Loire	Nantes	Carne de boi, porco, pato, peixes e frutos do mar
Centro	Orléans	Queijo de cabra, ameixas, melões, peras, abóboras, aspargos, cogumelos, alface-de-cordeiro, endívia, escarola, azedinha, trigo, cevada, milho, nozes, vinagres, caça (coelho, faisão, javali), cordeiro, miúdos, frango, pato, peixes fluviais (truta, carpa, congrio, sável americano)
Nordeste da França		
Nord-Pas-de-Calais	Lille	Endívias, beterrabas, batatas, trigos, cevada, peixe, porco
Picardia		Beterrabas, batatas, trigos, cevadas, peixe, porco
Champagne-Ardenne	Reims, Epernay, Charleville-Mézières, Châlons-sur-Marne, Chaumont, Troyes	Beterrabas, batatas, champagne, trigo, centeio, cevada, cerveja, caracóis, peixe e frutos do mar, carneiro, porco (charcutaria), linguiças, caça (javalí)
Île de France	Paris	Batatas, Esplêndida culinária; não muito regional
Alsácia	Estrasburgo	Gordura de porco, gordura de ganso, ameixas, maçãs, cerejas, uvas, aspargos, repolhos (<i>sauerkraut</i>), batatas, cogumelos selvagens, grãos, macarrão de ovos, <i>spätzle</i> , ganso (<i>foie gras</i>), porco, caça, peixes de água doce
Lorraine	Nancy	Manteiga, queijo de leite de vaca, ameixas, maçãs, cerejas, uvas, repolho (<i>sauerkraut</i>), batatas, cogumelos selvagens, grãos, macarrão de ovos, <i>spätzle</i> , frango, ganso (<i>foie gras</i>), porco, caça, peixes de água doce
Franco-Condado	Besançon	Queijo de leite de vaca (<i>fondue</i>), peixes de água doce (truta), pernas de rã, charcutaria, frango
Sudeste da França		
Borgonha	Dijon	Groselha, cogumelos, carne de boi, porco, aves, caça, caracóis, mostarda



Auvergne (Maciço Central)	Valence	Maçãs de Grenoble, uvas, repolho, batatas, cogumelos, trigo, lentilhas, carne de boi, pato
Limousin	Limoges	Maçãs, repolho, batatas, cogumelos, trigos, carne de boi, pato, carneiro
Ródano-Alpes	Lyon	Damascos, maçãs, cerejas, melões, peras, morangos, repolho, batatas, vagem, cardo, ervas aromáticas (tomilho, alecrim, louro), porco, carneiro, frango, codorna, peru, coelho, grande variedade de carnes, milho, frutos secos
Provença-Alpes-Côte d'Azur	Nice, Marselha	Azeite de oliva, alho, tomates, pimentões, cebolas, abobrinhas, erva-doce, alcachofras, grão-de-bico, berinjelas, ervas aromáticas (tomilho, lavanda, alecrim, manjerição), massa mel, carneiro, peixes e frutos do mar (salmonete, sardinhas, anchovinhas, tubarão-anjo)
Córsega		Azeite de oliva, frutas cítricas, figos, amêndoas, castanhas, peixes e frutos do mar, carne de boi, cabra, carneiro, caça (melro-preto)
Sudoeste da França		
Midi-Pyrénées	Toulouse	Azeite de oliva, ameixas, pêssegos, damascos, tomates, alho, berinjela, <i>porcini</i> , peixes (enguia), porco, pato, ganso
Languedoc-Roussillon	Montpellier, Perpignan, Nîmes, Carcassonne	Azeite de oliva, ameixas, pêssegos, damascos, tomates, alho, berinjela, <i>porcini</i> , peixes (enguia), porco, pato, ganso
Aquitânia	Bordeaux	Ameixas, morangos, maçãs, peras, pêssegos, alho, pimentas, tomates, cebolas, milho, favas, ervilhas, cogumelos selvagens (trufas negras, <i>porcini</i> , <i>chanterelles</i>), peixes e frutos do mar (ostras, mariscos, caranguejos, lulas, bacalhau, atum, sardinhas, anchovinhas), aves (frango, pato, ganso, peru, pombos)
Poitou-Charentes		Queijo de cabra, feijão, trigo, cevada, milho, amêndoas, castanhas, carne de boi, peixes e frutos do mar (ostras, enguias), caracóis

Tabela 3. Características da culinária regional da França.
Fonte: Instituto Americano de Culinária (2011, p.128-129).

Na próxima unidade, você verá como muitos desses ingredientes originam pratos renomados e reconhecidos mundialmente, no que diz respeito, principalmente, à gastronomia clássica francesa. Até lá!



Ao final desta unidade, você já é capaz de identificar alguns dos povos que deixaram sua marca na construção do território que hoje conhecemos por França. Você já sabe que, em outros tempos, os gauleses instalaram métodos de cultivo nessas terras, os romanos incentivaram a produção de queijos, os mouros criaram cabras e ensinaram novos métodos de cocção e os árabes enriqueceram a cultura com especiarias. Conseguimos notar, também, a importância da Itália para a construção da gastronomia clássica, pois foi com a chegada de cozinheiros italianos que os franceses deram um grande salto culinário.

Com relação aos ingredientes, dizemos que eles se fazem importantes nas regiões e foi apresentado a você cada local desses e suas especificidades. Porém, vale lembrá-lo(a) de que isso foi possível graças ao enfoque na preocupação com as plantações, que resultaram em alimentos de melhor qualidade – além do rendimento maior. Isso favoreceu as características próprias do vegetal, inicialmente, que passou a ter o sabor mais apreciado. Dessa forma, o uso de condimentos diminuiu e, então, passaram a valorizar mais cada um dos ingredientes. E, como você pôde conferir nesta unidade, isso se deu por toda parte na Itália e na França, resultando na diversidade de um local para outro e em territórios, engrandecendo o que é de sua terra.

Mas não acabamos por aqui. Na próxima unidade, você conhecerá os métodos de aplicação desses ingredientes, que originam inúmeros pratos extremamente reconhecidos – atualmente, inclusive – na cozinha clássica, além dos tópicos nos quais conversamos sobre queijos e vinhos, alimentos aclamados na França.



1. Além dos italianos, outras civilizações deixaram sua marca na França, influenciando também na gastronomia. Quais são esses povos e em que aspectos eles mais contribuíram?
2. A respeito das características gastronômicas da Itália, cite três regiões de sua preferência e os produtos ou pratos que marcam a cultura desse local.
3. A respeito das características gastronômicas da França, cite três regiões de sua preferência e os produtos ou pratos que marcam a cultura desse local.



na web

A *chitarra* é um utensílio rústico utilizado para dar formato às massas frescas. No vídeo a seguir, você pode acompanhar o processo completo de fabricação de uma massa fresca, a utilização da *chitarra* até a finalização da massa com o molho.

Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=LUXgldu1rIY>> Acesso em: 08 abr. 2015.



filme

A FESTA DE BABETTE

Ano: 1989

Sinopse: Dinamarca, século XIX. Filippa (Bodil Kjer) e Martine (Birgitte Federspiel) são filhas de um rigoroso pastor luterano. Após a morte do religioso, surge no vilarejo Babette (Stéphane Audran) uma parisiense que se oferece para ser a cozinheira e faxineira da família. Muitos anos depois, ainda trabalhando na casa, ela recebe a notícia de que ganhou um grande prêmio na loteria e se oferece para preparar um jantar francês em comemoração ao centésimo aniversário do pastor. Os paroquianos, a princípio, temerosos, acabam rendendo-se ao banquete de Babette.





A Feira

Se você gosta de cozinhar e comprar sua própria matéria-prima, vai experimentar o que os franceses consideram como o privilégio do *gourmet* ir à feira, ou *aller* ou *marche*. Há quem leve os filhos a algumas delas (a de Versalles, por exemplo, imperdível!) como quem vai a um espetáculo no domingo de manhã! Ou aqueles que, como Gilbert Bécaud, escrevem canções sobre elas; ou ainda outros como Alain Ducasse, *chef* cinco estrelas (duas no Luis XV de Monte Carlo e três no Alain Ducasse, em Paris), que afirma ir ao mercado quando quer conhecer a alma de uma cidade, de seus habitantes.

A feira que conhecemos hoje é um conceito que nasceu na Grécia Antiga e suas ágoras, praças públicas onde se vendiam e se trocavam mercadorias e ideias, evoluíram com o fórum romano que agrupava as *tabernulae*, lojinhas que o Estado alugava aos comerciantes no coração da cidade.

Na França da Idade Média, os mercadores locais se resumiam a transações modestas, controladas pelo poder público, entre artesãos que vendiam seus artigos e camponeses que ofereciam seus alimentos. As *foires*, grandes feiras anuais com data marcada e que duravam até três semanas, nasceram desses pequenos mercados e tornaram-se acontecimentos de primeira importância na vida econômica e social das comunidades.

Em Paris, as corporações profissionais utilizavam espaços quase exclusivos para vender seus produtos: açougueiros vendiam na esplanada Notre Dame, mercadores de frangos no vale da miséria (atual Quai de La Mégisserie), de vinhos no Quai Saint-Bernard, no Marais, *traiteurs* na Rue des Ours etc. Numerosas pequenas feiras nasciam em esquinas e cruzamentos, muitas delas existem ainda hoje, como a da Rua Montorgueil, Rua Mouffetard ou *Marché* Saint-Germain, recém-reformado e transformado em centro comercial.

O rei Felipe Augusto, no fim do século XII, concretizou o projeto dos predecessores ao construir um mercado centralizado, fechado – *les Halles* – onde os comerciantes podiam trabalhar mediante pagamento em mercadorias, *le droit de havée*, e mais tarde em moeda. Esse procedimento foi copiado por outras cidades e acabaria virando instituição. O *halles* parisiense foi durante séculos

um bairro popular e pitoresco da cidade. Émile Zola o chamava “a barriga da humanidade” e falava em seus escritos da “avalanche matinal de comida em pleno coração de Paris”. No início dos anos 70, o problema de tráfego no interior do bairro, o Marais, tornou-se insuportável e o *halles* foi transferido para Rungis, no sul de Paris, dando lugar a um complexo comercial que provocou desde o início a ira da maior parte dos arquitetos, inconformados com a destruição das célebres armações de ferro introduzidas por Baltard na reforma do secular mercado. Rungis é hoje o maior mercado de atacado do mundo, com mais de 2,5 milhões de toneladas de produtos comercializadas anualmente.

A feira francesa ao ar livre acontece duas vezes por semana na praça central (ou de terça a sábado em alguns bairros da capital), geralmente situada na parte antiga das cidades, não muito longe da igreja – ou no *halles* local, se existente. Ao contrário da brasileira, ela não é sinônimo de produtos mais baratos; perdeu a sua vocação popular inicial e tornou-se vitrine da qualidade dos produtores tradicionais, ponto alto das especialidades regionais (mel, geleias, queijos), exóticas (antilhanos, polinésios, orientais, africanos) ou nobres (foie gras, faisões, salmões e lagostas). Nesse caso, se você tem um problema orçamentário, corra já para o supermercado mais próximo!

O *marche* é o ponto de partida da imaginação dos apaixonados por culinária. O cuidado com a apresentação das iguarias e a higiene, de tal modo que o olhar guloso do cliente não resista à tentação, é outra determinante. E, claro, o clima frio espanta naturalmente as moscas já praticamente inexistentes nestas latitudes. Os feirantes se esmeram em transformar seus *étals* (bancas) em quadros coloridos. Os peixes são dispostos decorativamente sobre uma camada de gelo picado, as carnes, aves e queijos mantidos em vitrines refrigeradas, as frutas e legumes alinhados numa rica geometria de formas e cores... a ideia de ordem, limpeza e abundância impera!

A feira tem também importância social: é ali que se encontram as pessoas que trabalham durante a semana, batem papo, se convidam. Além de produtos frescos de costumes, elas vão comprar o frango assado, a pizza quentinha, os



patês imperiais chineses, os raviólis frescos italianos ou os acras (bolinhos de bacalhau) *créoles* para o almoço do fim de semana (na França a comida pronta-entrega generalizada nos EUA, ainda está engatinhando!).

Mas nem só de comida vive a feira: restaurantes de velhos móveis, afiadores de facas, vendedores de panelas, sapatos, bolsas, roupas, casacos, lingerie, óculos, toalhas de mesa e banho, objetos de decoração (degrifados ou não, e da melhor qualidade), também estão presentes. Senhoras com casacos de pele e modestas donas de casa...todo o mundo vai a feira e todo mundo compra mais ou menos as mesmas coisas!

Ela não difere também da brasileira no que diz respeito à variedades de produtos, mas a mudança nítida das estações e as importações em grande escala oferecem maior possibilidade de alternância na oferta [...].

Além da rotineira e universal, a França soube preservar um número impressionante de feiras especializadas em produtos regionais, as feiras do *terroir* e *foires* anuais.

Fonte: texto extraído na íntegra de Donel (1999, p. 95-99).