

# A Cozinha Baiana de Afrodite: Uma breve revisão sobre as especiarias consideradas afrodisíacas utilizadas na cozinha baiana

Alice Pinheiro<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Mestranda em Alimentação, Nutrição e Cultura pelo Programa de Pós-Graduação da Universidade Federal da Bahia (UFBA), [lica\\_pinheiro@hotmail.com](mailto:lica_pinheiro@hotmail.com)

**Palavras-chave:** socioantropologia alimentar, especiarias, afrodisíaco, cozinha baiana.

## INTRODUÇÃO

A alimentação humana se insere no campo de estudos culturais na medida em que comer implica em significar o alimento que ingerimos. As crenças, as simbologias e os valores de uma população podem ser observados na maneira como se come, com quem se come, quando se come, o que se combina para preparar a comida como resultado final, envolvendo também o repertório de ingredientes desta ou daquela cozinha. (4, 15, 16, 18)

A cozinha, caminhando lado a lado com a linguagem, expressa sentimentos humanos e seus desdobramentos, captando medos e alegrias, nossos desejos e angústias, além de acessar nossa memória. Através das conexões que fazemos com a comida e o ato de comer enquanto uma necessidade básica, mas também uma necessidade social, a entrosamos com as interações afetivas e amorosas. Bona descreve a alimentação como uma energia bastante entrosada com a energia sexual, com processos biológicos semelhantes, se encontrando na esfera do prazer e das trocas, da beleza e do encantamento, da sedução e da contemplação. (10)

O que se conhece como afrodisíaco tem alguma implicação fisiológica, mas sua valoração e propagação se dá no universo da cultura e da linguagem. Nós sugerimos esse poder afrodisíaco e cremos nele, é algo elaborado por nós para ser eficaz. A culinária das especiarias está atrelada à culinária afrodisíaca, uma vez observada as propriedades energéticas das mesmas. Essas passaram a ter um valor *exótico* sob a ótica etnocêntrica, concentrando também signos sexuais e temperamentais. (8)

A cozinha baiana dialoga com o tema pois é farta no uso de especiarias: canela, cravo, gengibre, cominho e pimentas são muito comuns na culinária da Bahia, arte dominada pela mulher negra na construção dessa identidade – a *baianidade*.

O presente trabalho se propôs a investigar as especiarias consideradas afrodisíacas que são encontradas na culinária baiana, sugerindo discussões em torno da identidade da comida baiana a partir dos seus ingredientes.

## MATERIAL E MÉTODOS

O presente trabalho se propôs a realizar uma investigação acerca das especiarias consideradas afrodisíacas utilizadas na cozinha baiana. O trabalho é de caráter qualitativo e foi feito diante de revisão bibliográfica em trabalhos considerados relevantes na discussão sobre a comida baiana enquanto conceito, e a utilização de especiarias, considerando essas últimas como alimentos descritos como afrodisíacos culturalmente. Coube ainda a discussão acerca da sugestão do alimento afrodisíaco enquanto resultado de uma simbologia associada a fatores biológicos, além de levantar a temática da construção do feminino no recorte baiano.

No primeiro momento foi feita a seleção de trabalhos referentes ao tema dos afrodisíacos no campo científico e a listagem de especiarias associadas, seguido do segundo momento onde foram consultados autores como Vivaldo da Costa Lima e Manoel Querino, para o fichamento de receitas que utilizam as especiarias relevantes à cozinha baiana, além de Luís da Câmara Cascudo e Paloma Jorge Amado, essa última trazendo também a temática feminina e baiana, discutida por Thaís Machado e por Eurídice Figueiredo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

As ervas e as especiarias são consideradas espécimes vegetais que acompanham a história da humanidade. Uma vez dominada, a flora passa a fazer parte de práticas terapêuticas e culinárias, incrementando o sabor dos alimentos e abrigando propriedades curativas. Os árabes tinham um grande ciclo comercial desses espécimes, que foram tão valorizadas e difundidas na Idade Média. Mas para além do cominho e dos alhos árabes, vieram os temperos

asiáticos, como a canela, o cravo e as pimentas africanas. As especiarias passam então a ser artigos de luxo culinário na Europa, destacando um grande simbolismo desses diferentes temperos como tesouros *exóticos* e *mágicos*, por serem raras e especiais, e principalmente, por estarem atrelados à casta da sociedade europeia: única capaz de bancar sua abundante utilização nas preparações.

São essas especiarias que Barcellos (nº) discute com o período Renascentista europeu, este repleto de revoluções na arte, na música, na literatura. O encantamento, o sonho e a imaginação estariam, nesse momento da história, envolvidos com, além das cores, os aromas e os sabores das especiarias, colaborando para essas revoluções sucederem. (3, 6, 14)

O sentido afrodisíaco do alimento nasce com o mito de Afrodite: figura feminina ligada à ideia de fertilidade, com poderes amorosos e energia sensual. Esse sentido é combinado com os desdobramentos fisiológicos depois do consumo, capazes de aumentar o fluxo sanguíneo e elevar a temperatura do corpo. (8, 9)

Apesar de existirem alguns fatores biológicos associados, como a liberação de certos nutrientes que favorecem excreção hormonal sexual, vitaminas específicas, e substâncias que despertam o prazer - como a endorfina, a função afrodisíaca do alimento é majoritariamente cultural, ou seja, está relacionada com as crenças e os mitos da sociedade em questão, com a simbologia que a população atribui a certos alimentos, fazendo com que estes despertem os sentidos a partir da sugestão. (8)

As ervas junto com as especiarias são descritas por Allende (1997) apud Basso (nº) como *alma da cozinha* pois possuem o poder afrodisíaco, se usados sempre. A cozinha baiana entra em cena quando o assunto é especiarias: esta é uma cozinha construída sob os signos religiosos, de muitos temperos e de grande autenticidade. A grande riqueza cultural ancestral que a cozinha baiana guarda, a faz única em todo o território brasileiro. (7, 13)

Por ter sido o primeiro local de assentamento e exploração, a cozinha baiana domina muito bem as especiarias e as ervas, advindas de intensas navegações. (5)

A mulher aparece no cenário dos afrodisíacos como a maestra feiticeira: é ela quem domina e doma os sabores assim como os amores, misturando especiarias e ervas aromáticas como elementos mágicos capazes de aflorar os sentidos e os sentimentos. Ao mesmo tempo, a mulher representa essa energia pecaminosa, como se uma força satânica agisse na tentativa de resistir a ela, assim como a gula, a comilança exagerada e os prazeres da embriaguez. (8, 10)

Diante disso, é interessante pensar na construção da identidade dessa cozinha baiana, junto com a identidade da própria mulher baiana. Essa cozinha é simbolicamente feminina, já que se situa no *saber fazer* da mulher negra, na cozinha *de azeite*, reconhecida como tal no contexto turístico da cidade de Salvador, também como estratégia de uma propaganda cultural. (13, 17)

A destreza culinária e a sensualidade da mulher baiana é descrita pela literatura e pela música, através de nomes como Jorge Amado e Dorival Caymmi. Os diferentes elementos de Gabriela não estão livres dessa imagem caricata da mulher tropical, que vive em lugar *exótico* e prepara comidas *exóticas*, mas além disso traz a ideia da impetuosidade dessa mulher, dominadora e indomável, disposta a satisfazer suas próprias vontades independente das regras e condutas esperadas para ela. (11)

Na discussão sugerida por Machado, a hipersexualização da mulher negra no contexto da escravidão no Brasil, junto com a presença desta nas tarefas domésticas e no cuidado, resultam em uma caricatura materna e ao mesmo tempo sexual, trazendo a problemática do racismo e da violência de gênero, a autora explica através também de Jorge Amado. (13)

A cozinha baiana se funde com a ideia da própria mulher baiana, compartilhando suas características e singularidades, associados à uma comida repleta de especiarias, e, portanto, repleta de sugestões intrigantes. Jorge Amado não faz menção das funções afrodisíacas valorizadas nas especiarias, porém tece em seus textos as virtudes aromáticas da culinária de *Gabriela Cravo e Canela* e de *Dona Flor*, fazendo conexões e analogias desses temperos com a personalidade sensual das personagens. (11)

Dentre as especiarias mais comuns conhecidas pelos baianos e nordestinos, são citadas abaixo as que também estão vinculadas com o poder afrodisíaco.

A **canela** é uma especiaria bastante conhecida em todo o Brasil, e na Bahia tem destaque especial no preparo de sobremesas. Canjicas, mungunzãs, mingaus e doces do tipo compota, feito com frutas da região como o caju e a banana, além de outras preparações, levam o toque aromático e picante da canela, em pau ou em pó. (1, 7, 19)

O autor Querino descreve o uso da canela, junto com o cravo-da-índia, na feitura de pastéis com carne de porco. (7)

A canela também é citada nas receitas de ambrosia e no bolo de aipim, além do doce de banana em rodela. (1)

Na cozinha africana da Bahia descrita por Radel a canela é usada na finalização do bolinho de estudante, na feitura da baba de moça, na cocada branca e preta, além do arroz doce. (19)

A canela é considerada afrodisíaca por fornecer energia sexual e estar ligada ao amor e a espiritualidade. Cultivada há muito tempo no Oriente, é ingrediente ritual de *poções do amor*, e óleos de massagem. As cascas aromáticas da canela carregam grandes simbologias sexuais desde tempos remotos, e em paralelo a isso Jorge Amado trata de associar a canela diretamente com a beleza e a sedução de Gabriela, sendo um ingrediente relevante na construção do personagem e na sua forte presença e influência feminina. Desde o tom de pele ao aroma que fica no ar, Gabriela é descrita pela sua infalível capacidade de encantar e seduzir a todos, uma conquista que se dá também através das suas feituas culinárias, perfumadas e impecavelmente bem temperadas. (8, 9, 13, 20, 21)

A autora Allende apud Albuquerque descreve o cravo como uma especiaria afrodisíaca de aroma e sabor *forte*, podendo ser utilizado em pó para que se amenize essa intensidade, além de marcar as receitas feitas com o cravo como orientais e *exóticas*. Essa especiaria é capaz de diminuir o cansaço a auxiliar em possíveis dores. (8, 9)

O **cravo** é descrito como ingrediente aromático do doce de carambola, de laranja e também de mamão verde, no mingau de milho e de tapioca, no mungunzá, na ambrosia, na canjica e no tradicional xerém, doce de corte feito com o bagaço do milho verde. (1, 7)

O **gingibre** é um rizoma, um tipo de raiz, podendo ser consumido fresco ou em pó. Seu sabor remete ao picante, tendo características afrodisíacas potencializa o sistema imunológico. É uma especiaria ligada à Afrodite e Atenas, e aconselha-se também ingerir pequenos pedaços para resultados prósperos. (8, 9, 20, 21)

O gengibre é ingrediente altamente relevante na feitura das comidas afro-baianas, ou seja, comidas *de azeite* que estão inseridas no universo ritual e religioso do candomblé, prática religiosa com raízes africanas e fortes influências na cultura alimentar do Recôncavo Baiano. (13, 17, 19)

O famoso vatapá, o caruru, o quitandê – prato feito com feijão fradinho, camarões secos e amendoim, todos estes podem levar o gengibre fresco ralado. (1, 19)

Além do xinxim de galinha, também considerada uma comida de azeite, o gengibre entra como ingrediente aromático na receita de galinha cabidela ou galinha de molho pardo. (5)

O gengibre também aparece em sobremesas, como na cocada puxa e a amoda – doce feito com rapadura e farinha de mandioca. (1, 19)

Ainda é possível citar o gengibre na feitura do quentão, bebida típica junina, apreciada na Bahia e em todo o Nordeste e em molho de pimenta. (1, 5)

O **cominho** é uma semente bastante aromática, utilizada em pratos salgados como carnes ensopadas e assados, feijão e outras preparações muito comuns à cozinha baiana. Essas pequenas sementes guardam efeitos afrodisíacos, sendo utilizadas em *filtros de amor*, é uma das muitas especiarias que se tornaram famosas nos banquetes medievais da Europa, sendo cultivada há bastante tempo pelos árabes e egípcios. (21)

Arroz de forno – preparado com carne, manteiga e banha de porco, mocotó, peru assado, leitão assada, galinha de molho pardo, a feijoada, o sarapatel e também a mal-assada – carne ensopada com temperos, na galinha caipira com pirão, no pastel de palmito de jaca,

todos levam cominho, marcando também as práticas culinárias do território da Chapada Diamantina. (1, 2, 7)

Por fim, não menos importante, o uso das **pimentas**: de diferentes espécies e formatos, das diversas partes utilizadas – secas ou frescas, *de cheiro* ou bem ardida, as pimentas estão vinculadas com as raízes indígenas e africanas da cozinha baiana. A pimenta malagueta especificamente, é comum da parte oeste do continente africano, como a costa de Guiné, e seu consumo induz o aquecimento do corpo e sugere a sensualidade, ao apimentar os sentidos e trazer uma energia estimulante. (4, 7, 13, 21)

Descrita como uma especiaria capaz de ascender as paixões, as pimentas significaram o sentimento pelas novas terras *exóticas* desconhecidas, provocando o imaginário, expressando uma simbologia do calor dos novos territórios e o calor do corpo, do sonho, da luxúria e da paixão, sentidos de forma literal na boca, e ao mesmo tempo quase mágica. (14)

Fato esse que reforça o estereótipo da mulher baiana, construído também através da sua culinária, que se funde com o imaginário que se têm da própria Bahia: uma terra de cultura *exótica* para o país, com seus rituais ancestrais e suas fortes tradições culinárias, marcadas pela presença de temperos característicos, inigualáveis. Uma cozinha *apimentada* e temperada, diversa e exuberante, um festival para os sentidos: cores vibrantes, aromas diferentes, e emocionantes sensações do paladar são experimentados na cozinha baiana. A pimenta é considerada um dos ingredientes da tríade culinária baiana por Jorge Amado apud Machado. (5, 7, 13)

A pimenta do reino por exemplo, entra em inúmeras preparações salgadas: ensopados, assados, carnes, sopas, feijão. As pimentas frescas são matéria-prima para os diversos molhos de pimenta que acompanham feijoadas, sarapatéis e comidas de azeite. O molho de nome *molho nagô* é feito com pimentas malaguetas junto com pimentas de cheiro, além do camarão seco. (1, 7, 19)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das leituras, foi possível perceber como o aspecto cultural é relevante nas construções simbólicas em torno do alimento. Os ingredientes são capazes de despertar reviravoltas históricas, assumindo uma influência no comportamento e na vida das pessoas. Um alimento terá um poder afrodisíaco na medida em que a sociedade que o consome assim o valoriza, construindo o mito. As especiarias foram classificadas como *exóticas*, remetendo também a ideia do estranho e do bizarro: o mundo do outro – a comida do outro. Ao mesmo tempo adquire uma conotação preciosa que invoca as classificações sociais na Europa Medieval, caindo em desuso nas cozinhas clássicas com o passar do tempo, realocando de certo modo as especiarias nas comidas *exóticas*, muito ligadas à cozinha oriental e tropical, as *spicy foods*, como rotulam os norte-americanos.

Junto a essa ideia, se dá a construção da identidade culinária baiana, realizada em um contexto histórico específico, marcado pela violência e pelos estranhamentos, mas também reflete força e poder, que atravessa a vida da mulher negra baiana. As especiarias citadas fazem parte deste inventário culinário e o identificam, trazendo aspectos que despertam outras problemáticas da simbologia do comer.

## REFERÊNCIAS

- (1) AMADO, Paloma Jorge. A Comida Baiana de Jorge Amado: Ou Livro de Cozinha de Pedro Arcaño com as Merendas de Dona Flor. São Paulo: Panelinha Editora, 2014.
- (2) ARAÚJO, Delmar Alver. Chapada Diamantina: Culinária e História. Rio de Janeiro: Editora SENAC RJ, 2013.
- (3) BORNHAUSEN, Rosy L. As Ervas na Cozinha. Editora Bei Comunicação, 1998.
- (4) CASCUDO, Luis da Câmara. História da Alimentação no Brasil. São Paulo: Cia Editora Nacional, 1968.
- (5) CASTRO, Francisco Nilton. Comida se Tempera com Cultura: Fatores Históricos e Culturais da Culinária Baiana. Rio de Janeiro: Núcleo de Produção Independente; Casa da Qualidade Editora, 2002.
- (6) FLANDRIN, J.L.; et al. História da Alimentação. São Paulo: Estação Liberdade Editora, 1998.
- (7) QUERINO, Manoel. A Arte Culinária na Bahia. Salvador, BA: Livraria Progresso Editora, 1957. 86 p. Série Miniatura, V. 1.
- (8) BASSO, Mariana Rosana. Os Alimentos Afrodisíacos: crenças, mitos e verdades / Mariana Rosana Basso. Universidade de Brasília, 2004.
- (9) ALBUQUERQUE, Soraya Sousa de. Gastronomia e amor: alimentos afrodisíacos / Soraya Sousa de Albuquerque. Universidade de Brasília, 2004.
- (10) BONA, Fabiano Dalla. Comer e ser comida: corpo, gastronomia e erotismo. Revista Interfaces, Rio de Janeiro, 2013.
- (11) FIGUEIREDO, Eurídice. Prazeres da mesa, prazeres do corpo: Jorge Amado, culinária e erotismo. Universidade Federal Fluminense, 2014.
- (12) AZEVEDO, Elaine de. Alimentação, sociedade e cultura: temas contemporâneos. Revistas Sociologias, Porto Alegre, 2017.
- (13) MACHADO, Taís de Santana. De dendê e baiianidade: a construção de um bem cultural denominado comida baiana. Revista Brasileira de Pós-Graduação em Ciências Sociais, Brasília, 2013.
- (14) BARCELLOS, Gustavo. O banquete de psique: imaginação, cultura e psicologia da alimentação. Rio de Janeiro: Vozes, 2017.

- (15) FISCHLER, Claude. El (h)omnívoro: El gusto, la cocina y el cuerpo. Editorial Anagrama, Barcelona, 1995.
- (16) FREITAS, M. C. S.; MINAYO, M. C. S.; FONTES, G. A. V. Sobre o campo da alimentação e nutrição na perspectiva das teorias compreensivas. *Ciência & Saúde Coletiva*, Salvador, v. 16, n. 1, p. 31-38, 2011.
- (17) LIMA, V. DA C. A anatomia do acarajé e outros escritos. Salvador: Corrupio, 2010.
- (18) STRAUSS, Claude Lévi. O Cru e o Cozido. MOISÉS, Cláudia Perrone (trad.). Editora Cosac Naify, 2011.
- (19) RADEL, Guilherme. A cozinha africana da Bahia. Salvador, 2006.
- (20) ALMEIDA, Mara Zélia de. Plantas medicinais / Mara Zélia de Almeida. - 3. ed. - Salvador : EDUFBA, 2011.
- (21) FELIPPE, Gil. No rastro de Afrodite: plantas afrodisíacas e culinária / Gil Felipe - São Paulo: Ateliê Editorial, 2004.