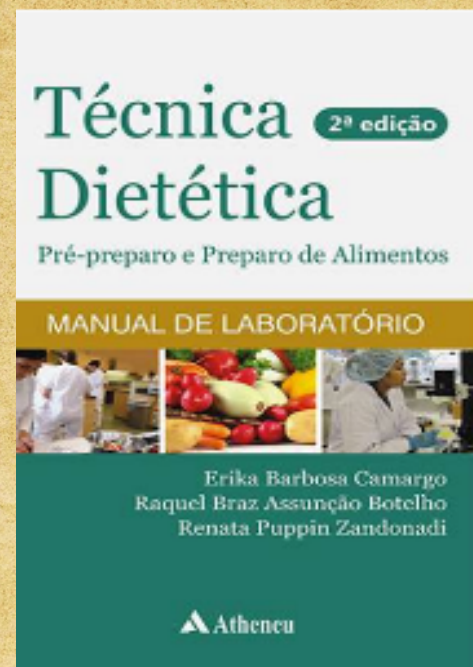
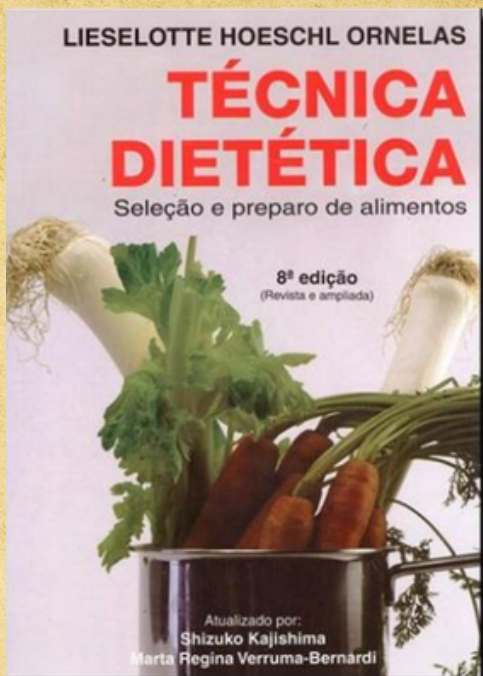
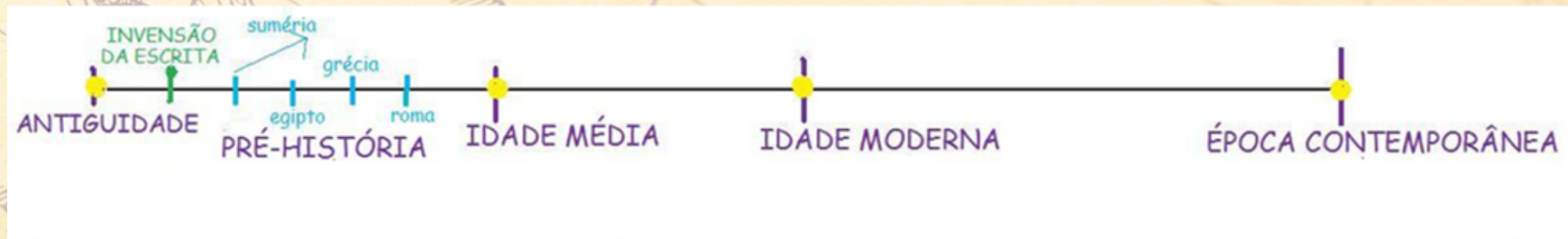




“Disciplina da área da Nutrição que estuda a sistematização e as operações a que são submetidos os alimentos e as modificações que os mesmos sofrem durante os processos culinários”



# É necessário uma análise histórica para buscar as origens da alimentação, conhecimento e a sistematização das operações culinárias

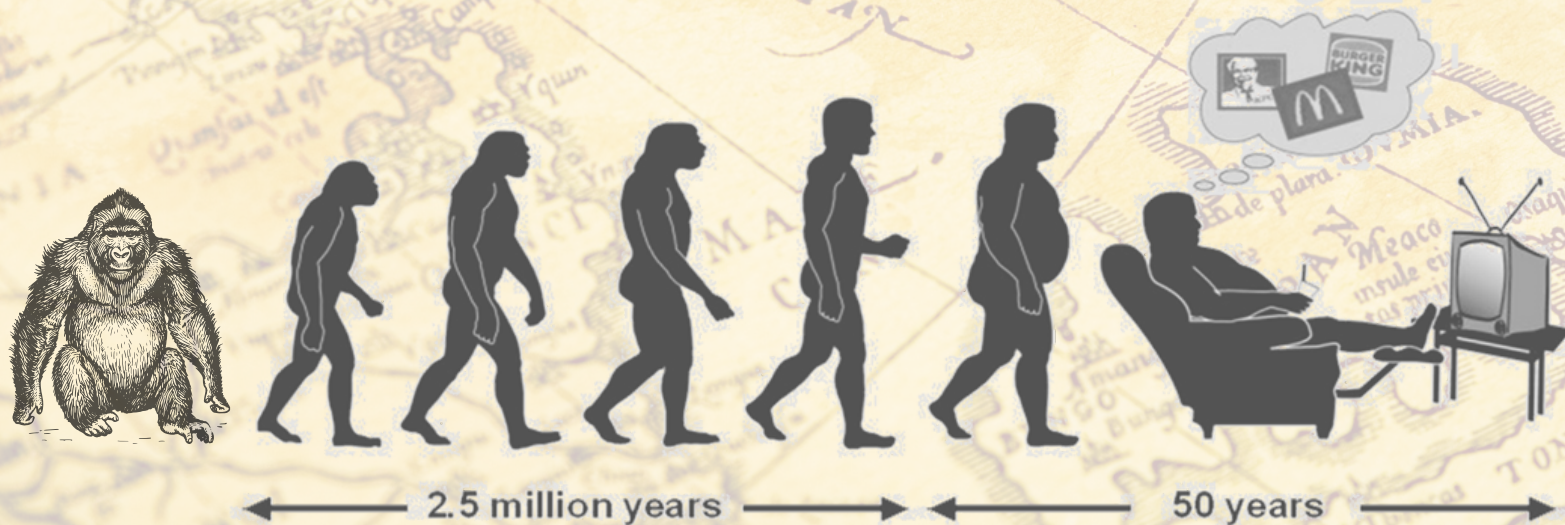


Para alguns autores comer é considerado como uma atividade que impulsionou o processo evolutivo do ser humano, assim como da natureza, cultura e crenças religiosas.

Para comer foram necessárias uma multiplicidade de procedimentos e técnicas concebidas pelas pessoas para transformar os materiais crus extraídos da natureza em coisas nutritivas e atraentes para consumi-las.

**O ato de cozinhar facilitou a ingestão dos alimentos, tornando-os mais aceitáveis, permitindo melhor digestão e garantindo maior aporte energético e aproveitamento de nutrientes necessário para a existência do homem.**

**Cozinhar é obrigatório para o ser humano, pois permitiu as adaptações durante todo o processo evolutivo que vão desde maxilares diferenciados até um intestino delgado grande.**



**Como pode-se esperar a adoção das práticas culinárias provavelmente tem tido efeitos de longo alcance, em aspectos da biologia humana, assim como a história da vida, o comportamento social e a psicologia evolucionista.**

Aumento da caça = + proteína, Caça de manadas, Descoberta do fogo  
Incremento do encéfalo, torax

**Como as adaptações dietéticas são fundamentais para o entendimento da evolução das espécies, o cozimento parece ter sido um fator fundamental do ambiente da adaptabilidade evolutiva humana e comensalidade**



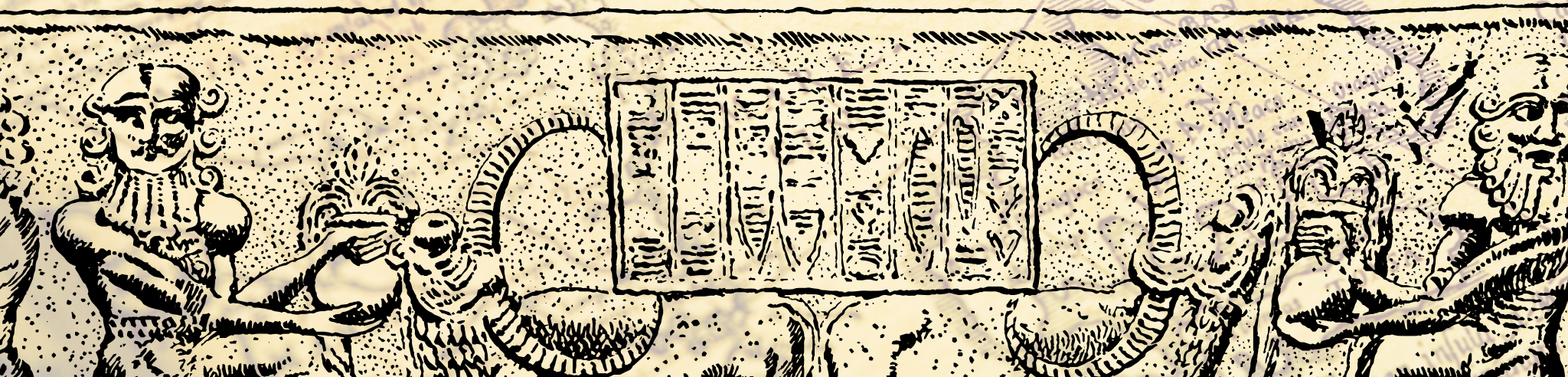
# A. C.

A base alimentar na Mesopotâmia (Irã) estava constituída pelo cereais (preparações a base de cereais e cerveja)

**Álcool** : fermentação natural Anticeptico bucal

**Código de Hamurabi**, o conjunto de leis mais antigo do mundo (aproximadamente 1772 a.C.) já dedicava algumas linhas à famosa bebida. O código trazia leis de comercialização, fabricação e consumo da cerveja, estabelecia uma ração diária de cerveja para o povo da Babilônia.

Preparada por mulheres, a fabricação da cerveja foi por séculos tarefa exclusiva delas (guardavam os secretos das receitas).





900 D.C.

**Açúcar: originário da Índia, Vishwamitra. Egípcios e árabes: refino e difusão do açúcar. Chega ao Ocidente com as Cruzadas: fim séc. X como especiaria árabe: preço elevado, vendido em forma de cones como medicamento**

1200 D.C.

**Sicília: primeira cidade ocidental a cultivar a cana-de-açúcar. Itália, França e Inglaterra - banquete. Sobremesa servida antes: Abrir o estômago e a alma.**

SÉC. XIV

**Açúcar de cana, a canela, o arroz, a noz-moscada e o cravo-da-índia chegam à nobreza.**

1500 D.C.

**Descobrimto das Americas; 1516 implantação de um núcleo açucareiro no Brasil - maior produtor mundial de açúcar. Monopólio da coroa portuguesa para Europa. "Ouro em pó": testamentos.**

A forma que se come e o que se come, durante toda a história humana, foi baseada em regras, as quais são passadas de geração para geração e acabam por formar o gosto dos indivíduos, o qual não é particular, mas sim formado durante a vida.



**Ritualização das refeições Religiosidades**





Por meio desta religiosidade surgem:

- Tabus
- Proibição
- Medo
- Relação com castigo
- Metáforas
- Afeto a saúde
  - controlar as pessoas

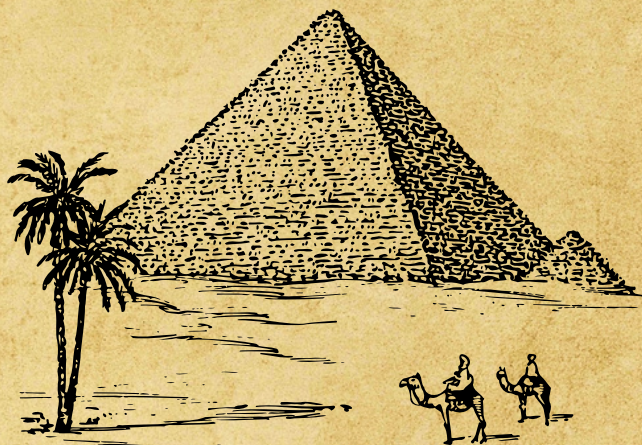
As artes plásticas nos contam também essas histórias



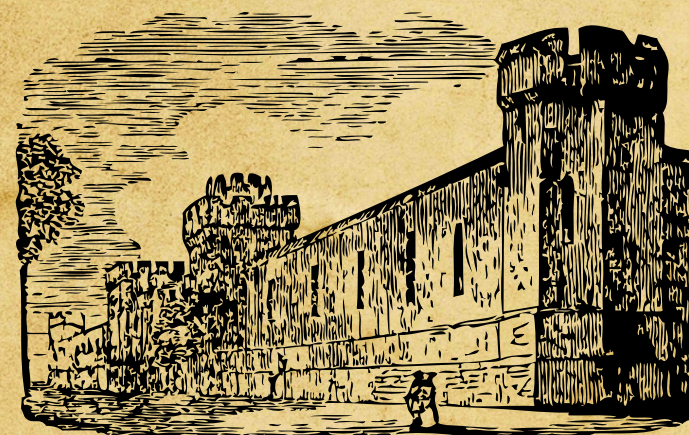




Surgimento das grandes civilizações gira entorno da alimentação, grandes descobertas, rotas marítimas, comércio e domínio econômico

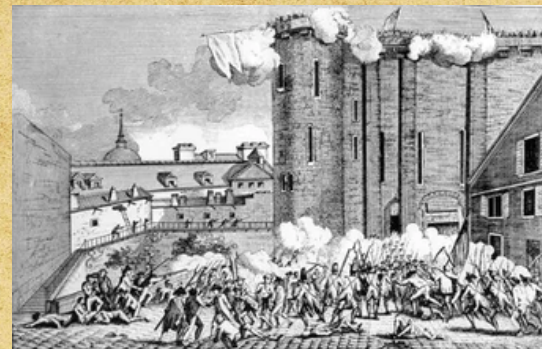


**Egito**



**Idade media (Feudalismo < 1500 d.C.)**

**Idade Moderna**  
(rotas marítimas)  
>1500<1800 d.C.



**Idade contemporânea**  
depois da  
revolução  
Francesa

# Século XV até XVII

- Em 1486 se publica o primeiro livro de receitas: “Le Viandier”;
- Com a descoberta das Américas e dos caminhos marítimos para as Índias se trouxeram pimentas, tomates, batatas, feijões, cabaças, etc.
- A partir do século XVII pode-se afirmar:
  - Os gostos mudam
  - Comportamento à mesa são renovados
  - Originalidade na apresentação dos pratos
  - Privilegiando os cozimentos, deixando as carnes e outros alimentos com o máximo de sabor

- Catarina de Médici casa com Henrique II
- A popularização da Alta Culinária Francesa só ocorreu após a Grande Revolução de 1789



Do comer deitado pela influência romana, passan-se a comer com normas. Os temperos romanos foram substituídos por condimentos, ervas e temperos trazidos da Índia.

# XVIII Fundamentos da refeição Moderna

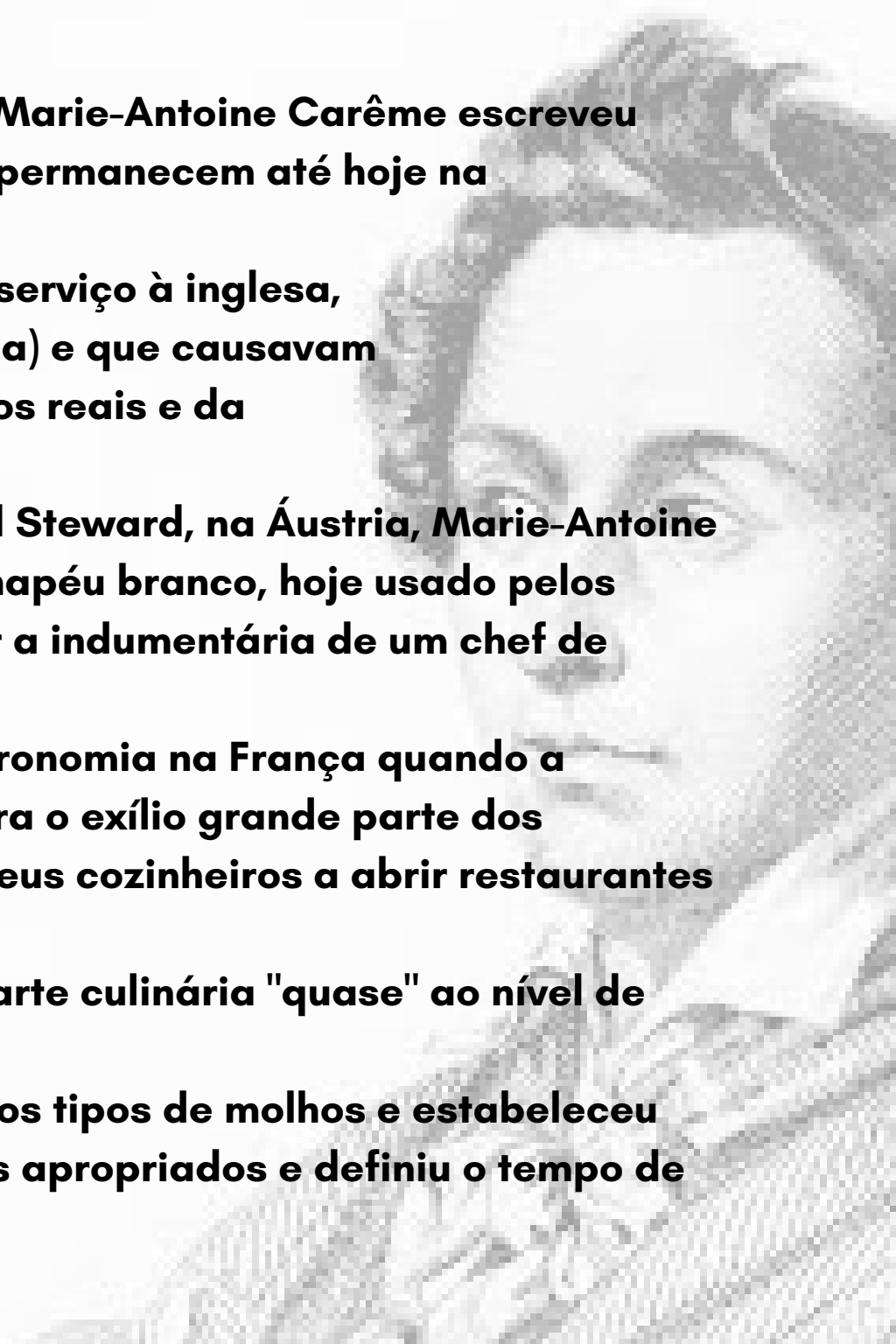
- Etiqueta, elegância e comportamento à mesa para comer e beber bem;
- Disposição dos pratos;
- Os acompanhamentos de outros legumes;
- Os molhos;
- Promove a substituição da cozinha do olfato pela do olhar;
- Os cozinheiros franceses eram conhecidos como os melhores da europa.





**Um dos principais cozinheiros da época : Marie-Antoine Carême escreveu vários livros com receitas e técnicas, que permanecem até hoje na gastronomia francesa e mundial.**

- **Desenvolveu os serviços de salão (serviço à inglesa, serviço à francesa e serviço à russa) e que causavam confusão e insatisfação nos eventos reais e da alta nobreza.**
- **Trabalhando na residência do Lord Steward, na Áustria, Marie-Antoine Carême cria o toque blanche - o chapéu branco, hoje usado pelos profissionais, que passa a integrar a indumentária de um chef de cuisine.**
- **Participou da eclosão da alta gastronomia na França quando a Revolução Francesa empurrara para o exílio grande parte dos aristocratas franceses, forçando seus cozinheiros a abrir restaurantes na cidade.**
- **Ele é de fato o primeiro a elevar a arte culinária "quase" ao nível de uma ciência.**
- **O Chef de cozinha inventou diversos tipos de molhos e estabeleceu regras de cozinha com movimentos apropriados e definiu o tempo de cozimento ideal.**



Surgem os primeiros restaurantes antes da reforma francesa.



Individualização da alimentação, uso de pratos e talheres, deixando o consumo coletivo



## XIX

- A fisiologia do Gosto (o livro é acima de tudo uma Ode à gastronomia, é um best-seller da literatura gastronômica, escrito no começo do século XIX .
- O autor Jean-Anthelme Brillat-Savarin, feito de historias ligadas a mesa, mas tambem nos oferece centenas de reflexões gourmands, fisiológicas e filosóficas, sobre o sabor.

## FIM SÉC.XIX

**Chá das Cinco-  
Duquesa de Bedford,  
Anna Russel, na  
Inglaterra, conquistou  
adeptos em Paris.  
Canapés, madeleines,  
brioches e croissants,  
petits-fours e petitchoux**



Confeitaria francesa  
no apogeu.

Primeiras escolas de  
cozinha: **Le Cordon  
Bleu e Ritz Escoffier**  
de Auguste Escoffier;

**Primeiros  
equipamentos  
refrigerados e fogões  
a gás.**

Técnicas de  
conservação por  
**Niccolas Appert e  
Pasteur**

# Seculos 20 e 21 anos

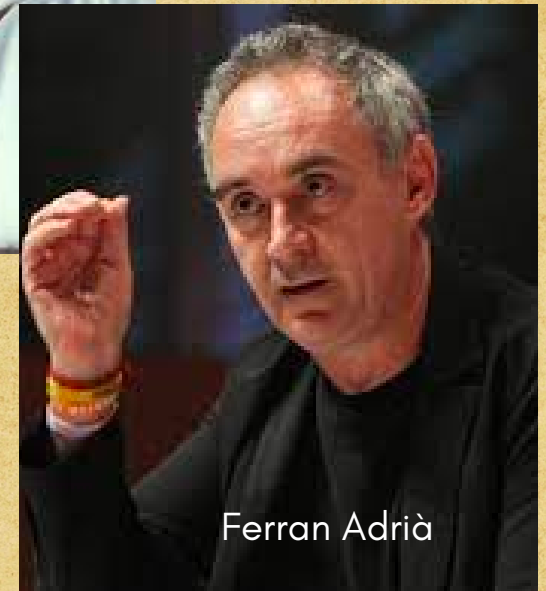
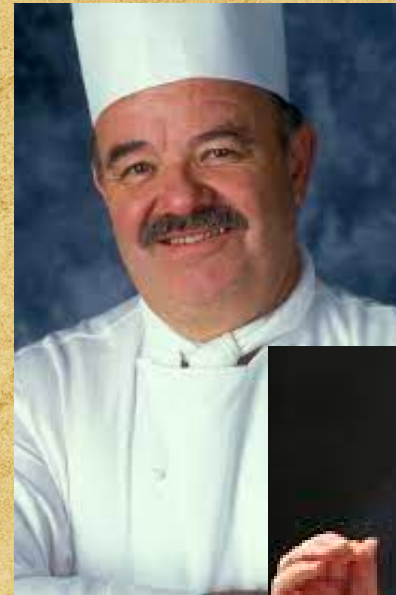
O mundo da ciência e culinária tem uma aproximação inesperada

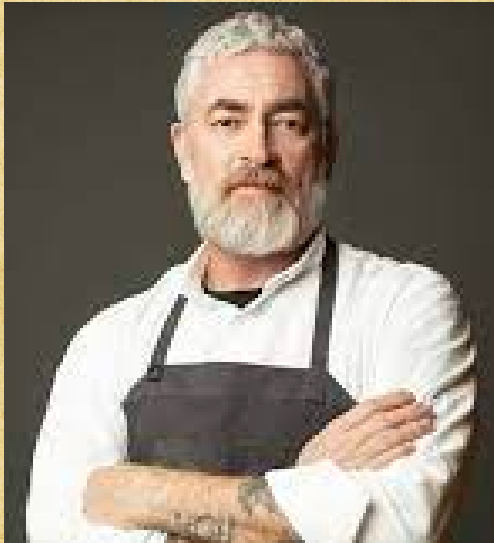
- Em 2000, o como e os porquês da culinária de sucesso são revelados com a publicação da química norte-americana Shirley Corriher “Cookwise” e “Ciência e Cozinha” de Harald McGee; Food Lab de Kenji Lopez Alt; The Flavor Matrix de James Briscione.
- Várias escolas de gastronomia oferecem cursos experimentais estimulando o pensamento crítico;
- Convidando os cozinheiros a serem os maiores especialistas na ciência aplicada das delícias do paladar;
- Hoje, o Instituto Nacional de Pesquisa Agrícola da França patrocina o Grupo de Gastronomia Molecular no College France (Herve This)

# Gastronomia molecular



Na França os cozinheiros são respeitados. Assim, se tornaram famosos Paul Bocuse e Pierre Troigros, os que conceberam a nouvelle cuisine, denominação francesa para uma total renovação da culinária ligada à cultura pós-maio de 1968.





Alex Atala



Jefersson Rueda



Bela Gil



Pia e Paola



Henrique  
Fogaça



## 2 - Central - Lima, Peru

O conceito de sustentabilidade e a ligação com a natureza são peças chave nesta experiência. O casal Pía León e Virgilio Martínez reúnem a boa gastronomia à artística forma de apresentar os pratos, representando os Andes, a Amazônia e o litoral nas montagens. A primeira impressão de quem chega ao restaurante é a horta, que conta com mais de 100 espécies de plantas.

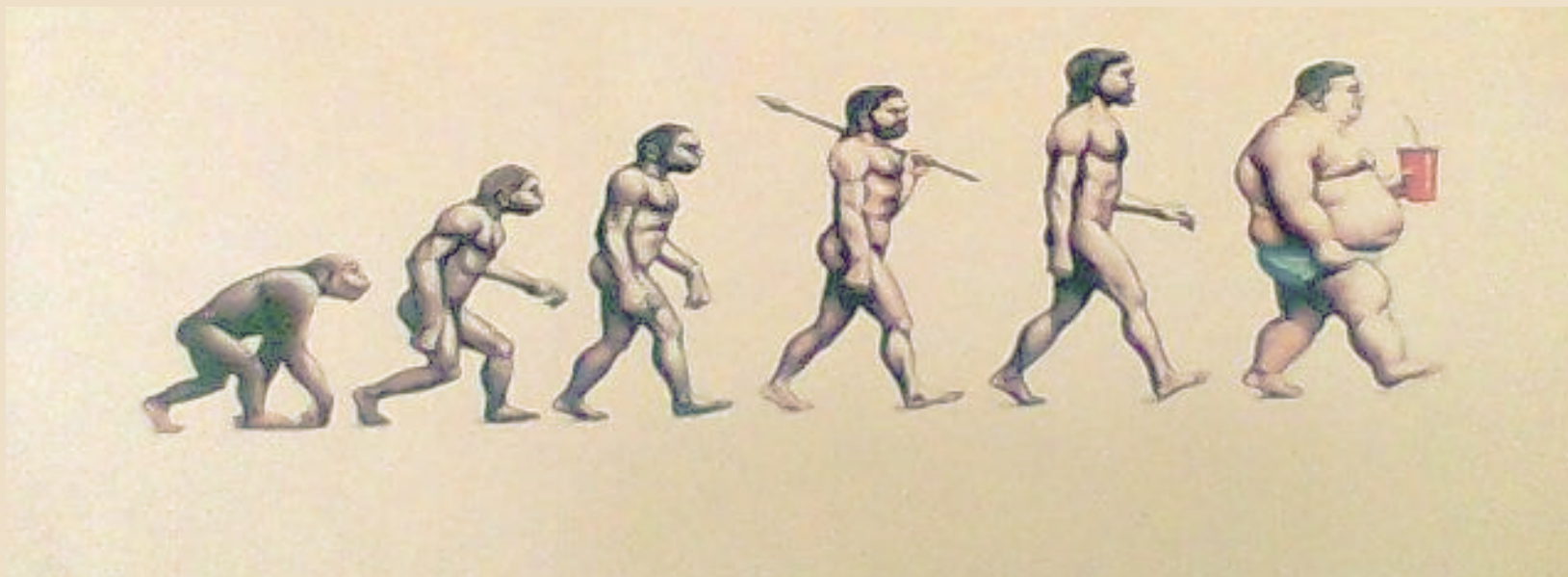


## 7 - A Casa do Porco - São Paulo, Brasil

Olha quem tá entre os dez! O paulistano A casa do Porco, que foi o 17º colocado em 2021, subiu dez posições no ranking deste ano. Os chefs Jefferson e Janaína Rueda comandam o restaurante no Centro e trazem para a mesa pratos como a pancetta com goiabada e a terrine de Joelho. O menu "Da Roça Para o Centro" foi reformulado por Janaina e uma equipe feminina de cozinheiras recentemente. O trabalho chamou atenção do júri, principalmente, pelo total aproveitamento do porco. Vale a pena conhecer e prestigiar!




# O auge da Transição culinária



Estilo de vida globalizado = consumo de ultraprocessados;  
hipersabor; campanhas de marketing; personagens;

## **FORMAÇÃO DE HÁBITOS ALIMENTARES**

**INADEQUADOS:** alimentação ocidental globalizada baseada em refinados: farinha, açúcar e gordura vegetal (Pollan, 2006).



George Ritzer, que introduziu o conceito de McDonaldização em seu livro de 1993, *The McDonaldization of Society*.

Este fenômeno representa o processo pelo qual os princípios dos restaurantes fast-food estão se tornando cada vez mais dominantes nos principais setores da sociedade.