

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4º ano

NOV/2020

---

COLÉGIO AGOSTINIANO SÃO JOSÉ  
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO, SÃO PAULO, BRASIL

# COLÉGIO AGOSTINIANO SÃO JOSÉ

ALUNOS DO ENSINO FUNDAMENTAL DO 4<sup>º</sup> ANO



SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - SÃO PAULO

2020

PROFESSORES COLABORADORES

CLÁUDIA REGINA GIAMATEI BERTOCO

GEOGRAFIA / CIÊNCIAS / MATEMÁTICA

FLÁVIA LUCIANA MIRANDA - HISTÓRIA

PAULA BDINE - INFORMÁTICA

MARIA REGINA GIMENEZ DE FÁVARI

COORDENADORA PEDAGÓGICA

# **Sumário**

**1- A história de um povo ...**

**2- Localização Geográfica**

**3- História da receita**

**4- Hora da Receita**

Antes de começar

O mundo atual requer a formação de pessoas que desenvolvam as capacidades de pensar criticamente, ter iniciativa e usar a criatividade, apoiadas em uma sólida base ética para enfrentar os desafios do futuro. Pensando nisso, desafiamos os alunos a serem protagonistas desse E-book. Este documento apresenta a herança da imigração de alguns povos que contribuíram para a formação da cultura e culinária brasileira.

Convidamos todos para se aventurarem e serem grandes chefes de cozinha preparando alguns pratos típicos sugeridos pelos alunos dos 4<sup>os</sup> anos. Bom apetite!

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## 1- A história de um povo

### Portugal

A história de Portugal, como nação europeia, remonta à Baixa Idade Média, quando o condado Portucalense se tornou autónomo do reino de Leão. Contudo, a história da presença humana no território correspondente a Portugal começou muito antes. No século III a.C. era habitado por vários povos, quando se deu a invasão romana da Península Ibérica. A romanização deixou marcas duradouras na língua, na lei e na religião. Com o declínio do Império Romano, foi ocupado por povos germânicos e depois por muçulmanos (mourões e alguns árabes), enquanto que os cristãos se recolhiam a norte, nas Astúrias.

## 2- Localização geográfica

Portugal está localizado no continente europeu e é banhado pelo Oceano Atlântico. O clima português é caracterizado por invernos suaves e verões amenos,



variando, no entanto, de região para região.

### 3- A história da receita.

O arroz doce é uma receita de origem asiática. Na Índia, por exemplo, é comum encontrar arroz com açúcar em preparações de pratos típicos dos casamentos hindus. Na Tailândia, ele leva coco e é servido com fatias de manga e pouquíssimo açúcar. O arroz doce acabou chegando à Europa por volta do século XIII. Depois, aportou em terras brasileiras via Portugal. Aqui ele chegou polvilhado com canela. Na época do Império, no Rio de Janeiro, as pessoas ricas, a maioria de origem portuguesa, faziam vários pratos da terrinha e uma de suas sobremesas preferidas era justamente o arroz doce. No Brasil, o arroz doce adquiriu ainda outras variações, como o uso do leite condensado, que lhe conferiu mais sabor e doçura e também o uso do doce de leite.

### 4- A hora da receita

#### Arroz Doce

#### Ingredientes:

- 2 litros de água
- 75g de manteiga ou margarina
- 1 pauzinho de canela
- 8 colheres (sopa) de açúcar
- 1 L de leite quente
- 6 gemas

- Casca de limão
- Sal a gosto
- Canela em pó a gosto
- 1 1/2 xícaras (chá) Arroz

### MODO DE PREPARO



Leve ao fogo uma panela com a água, a manteiga, o pau de canela e a casca de limão. Quando a manteiga estiver derretida, despeje o arroz, junte uma pitada de sal, mexa e deixe cozinhar até incorporar quase toda a água. Então, acrescente o leite, deixe ferver mais um pouco e despeje o açúcar. Continue a cozinhar, mexendo de vez em quando. Em uma tigela, bata as gemas e coloque algumas colheradas do arroz, batendo bem para as gemas não talharem. Então, despeje esta mistura na panela, já com o fogo apagado. Misture bem, retire o pau de canela e a casca de limão e despeje em uma travessa de servir. Deixe esfriar um pouco e, finalmente, polvilhe com canela em pó.



AUTORES1: Pietra, Alice, Julia D. Arthur e Juan.



# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## ALEMÃ

### 1- A história de um povo

O estado conhecido como Alemanha foi unificado com um moderno Estado-nação em 1871, quando o Império Alemão foi criado, tendo o Reino da Prússia como seu maior constituinte. Após a derrota francesa na Guerra Franco-Prussiana, o Império Alemão foi proclamado no Versalhes em 18 de janeiro de 1871.

### 2- Localização geografia



A Alemanha é o país mais populoso (sem contar a Rússia) e rico da Europa, tendo grande relevância

nas decisões regionais e mundiais nos mais variados níveis: política, economia, aspectos sociais, entre outros.

A Alemanha localiza -se na Europa central, nas margens do mar do Norte e do Bático, banhado pelo oceano Atlântico, entre os países Baixos e Polónia, ao sul da Dinamarca.

### 3- História da receita

O Pretzel é um tipo de pão muito popular entre as populações de língua alemã . Habitualmente assado, podendo ser doce ,salgado seco ou macio. Surgiu no sul da Alemanha , entre os séculos XI e XIII. Até os dias de hoje, não se sabe a verdadeira história de sua origem, mas uma das teorias mais aceitas diz que foram criados pelos monges, pois seu formato representa os braços cruzados sobre o peito, em oração.

### 4- Hora da receita

Pretzel / Bretzel

Ingredientes:

- 4 xícaras de farinha de trigo (560



gramas)

- 2 xícaras de água morna
- 1 tablete de fermento biológico (15g)
  - 1 colher de sopa de açúcar
- sal
- 50 gramas de bicarbonato de sódio
- 100 gramas de manteiga derretida

Modo de preparar:

Peneire a farinha em uma tigela e reserve.

No liquidificador, bata a água, o leite, o fermento, o sal, o açúcar, o ovo e a margarina.

Faça uma cavidade na farinha e despeje o líquido no centro, mexendo com uma colher.

Transfira para uma superfície enfarinhada e sove.

Se preciso, junte mais farinha até a massa não grudar nas mãos. Cubra a massa e deixe descansar por 45 minutos.

Derreta a manteiga em fogo brando e reserve.

Divida a massa em porções iguais e modele os cordões compridos.



Disponha em assadeiras untadas.

Leve ao forno alto, pré - aquecido, por 25 minutos ou até dourar.

Retire do forno, passe na manteiga e polvilhe com o açúcar e a canela misturado.

**AUTORES: Bárbara, Sara, João Gabriel O. e Henrique.**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## Árabes

### 1- A história de um povo...

#### Curiosidades:

- ❑ A frase escrita em árabe na bandeira da Arábia Saudita significa “Não há outra divindade além de Alá e Maomé é o seu profeta”;
- ❑ A Arábia Saudita tem 95% de seu território formado apenas por deserto;
- ❑ Embora a cidade de Meca seja mais conhecida, a capital da Arábia Saudita é Riad.

### 2- Localização geográfica

Consideram-se árabes as pessoas cuja língua nativa é o árabe. No início, o termo era usado para descrever o povo que vivia em uma parte do sudoeste da Ásia chamada península Arábica. Hoje, essa palavra também se refere aos povos de fala árabe que vivem no Oriente Médio, no norte da África e em outros lugares.



### 3- A história da receita

Apesar de ser originário do Oriente Médio, é um prato popular na América do Sul, onde foi introduzido pelos imigrantes sírio-libaneses, oriundos do antigo Império Otomano. O quibe só chegou no Brasil graças às mãos dos imigrantes libaneses que vieram para cá e incorporaram essa receita tipicamente árabe em nosso país.

### 4- Hora da receita

#### Quibe

#### Ingredientes:

- 1 kg de carne moída duas vezes
- 1/2 kg de trigo para quibe
- 2 unidades de cebola
- Hortelã a gosto
- 1 colher (sobremesa) de pimenta síria
- 1 colher (sopa) de margarina sem sal
- Sal a gosto
- Óleo para fritar a gosto
- 1/2 kg de carne moída
- Sal e outros temperos de sua preferência a gosto
- Cheiro-verde a gosto





Modo de preparo:

Deixe o trigo de molho por 2 horas. Escorra e prepare a massa, misturando-o com a carne, o alho, a cebola, o suco de limão e o sal. Reserve.

Faça o recheio: em uma panela, coloque o óleo e leve ao fogo para aquecer. Junte a carne e refogue. Acrescente a cebola, e, quando a carne estiver bem sequinha, as folhas de hortelã. Acerte o sal, se necessário.

Modele os quibes, recheie-os e frite em óleo bem quente.

**AUTORES: Cesar, Pedro, Beatriz Ovídio e João Gabriel Matos**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

Japão

1- A história de um povo...

Em 1908, o navio "Kasato Maru" aporta no Porto de Santos, em São Paulo, trazendo 781 japoneses. Não era permitida a vinda de solteiros, somente casados e com filhos.

Os imigrantes japoneses assinavam contratos de trabalho de 3, 5 e 7 anos com os proprietários das fazendas e, em caso de incumprimento, deveriam pagar pesadas multas.

Sem falar o idioma e sem nenhuma infraestrutura preparada para recebê-los, os imigrantes japoneses se deram conta que haviam sido enganados.

À medida que os contratos iam terminando, muitos abandonavam as fazendas de café. Já quem não queria esperar, fugia para cidades grandes e para outros estados como Minas Gerais e Paraná, onde as terras tinham um preço mais acessível.

2- Localização geográfica

O país do Japão está localizado no continente Asiático (Ásia)



e sua extensão territorial é de 377.915 km de acordo com a última pesquisa.



### 3- A História da receita



O Yakitori apareceu pela primeira vez em meados do século XVII. Originalmente era usado carne de faisão, codorna e pombos foram usados em vez de galinhas, por influência do budismo, que proibia o consumo do frango e outras carnes.

### 4- Hora da receita

#### Yakitori

#### Ingredientes:

- 4 coxas ou sobrecoxas de frango grandes, desossadas
- 4 cebolinhas
- 80 ml de caldo de galinha
- 120 ml de shoyu
- 20 g de açúcar

- 2 colheres (sopa) de mirin (saquê culinário) ou saquê

Modo de preparar:

Deixe oito espetinhos de bambu de molho na água por alguns minutos.

Corte o frango em cubos de 3 a 4 cm. Se preferir, tire a pele, lave e limpe as cebolinhas e depois corte a parte branca e as folhas verdes em pedaços de 3 a 4 cm de comprimento.

Ferva o caldo de galinha, o shoyu e o açúcar e deixe cozinhar por alguns minutos em fogo baixo, formando um molho. Adicione o mirin (ou o saquê). Insira os pedaços de frango nos espetinhos alternando-os com as cebolinhas, regue com o molho e deixe sobre uma grelha quente (ou sobre a chapa do fogão) por 8-10 minutos. Pincele-os continuamente com o molho durante o processo e sirva com o molho restante.

**Autores: Antonella, Enrico, Julia S. e Lucas.**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

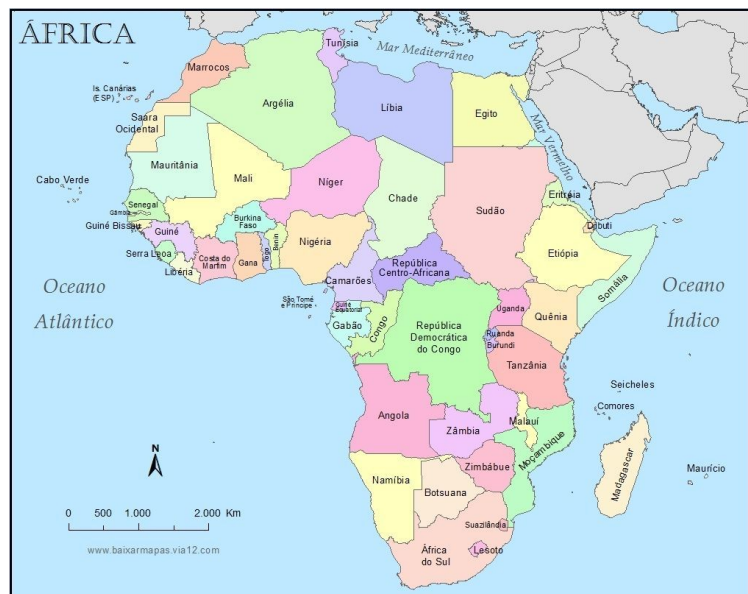
1- A história de um povo...

## África

A África tem como característica a diversidade cultural e sua História está bastante ligada à História do Brasil. Os africanos, que foram trazidos para nosso país como escravos, entre os séculos XVI e XIX, enriqueceram a cultura brasileira com seus costumes, rituais religiosos, culinária, danças etc.

2- Localização geográfica

A África é limitada ao norte pelo Mar de Mediterrâneo, responsável por separar esse continente da Europa. A nordeste, faz fronteira com a Ásia, através do território do Egito,



sendo limitado também pelo Mar Vermelho. A leste, o continente africano encontra-se banhado pelo Oceano Índico; a oeste, pelo Oceano Atlântico.

### 3- A história da receita

Os escravos trazidos para trabalho nas plantações de cana de açúcar e exploração de minas ficavam em confinamento, pouco contribuindo para a culinária caipira. Os alimentos nativos sempre tiveram predileção dos paulistas. Aproveitando a fartura do ingrediente principal desta receita nas roças, surgiu o quibebe.

### 4- Hora da receita

Quibebe

Ingredientes:

- Mandioca picada miúda e sem a raiz (aquele fio do meio)
- 1 colher de sopa de açafrão
- 1 caldo de galinha
- 1 alho picado
- Óleo para refogar
- Sal a gosto
- Água que cubra a mandioca





Modo de preparar:

1. Em uma panela, coloque o alho picado, o óleo, o açafrão, e o caldo de galinha amassado.
2. Coloque a mandioca picada e lavada.
3. Deixe incorporar bem o açafrão mexendo em fogo baixo, depois que a mandioca estiver bem amarelinha coloque a quantidade de água necessária para cobrir a mandioca, acerte o sal caso precise.
4. Tampe e deixe cozinhar, até que a mandioca fique cozida, caso seja necessário, acrescente mais água até todo o cozimento da mandioca.
5. Depois de cozida deixe engrossar a água e está pronto.
6. Caso deseje, pode colocar por cima queijo ralado

**AUTORES: Fernanda, Manuela, Mateus e Felipe.**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## 1-A história de um povo

Espanha:

O nome "Espanha", evolução da designação do Império Romano "Hispania", era, até ao século XVIII, apenas descritivo da Península Ibérica, não se referindo a um país ou Estado específico, mas ao conjunto de todo o território ibérico e dos países que nele se incluíam. A Espanha foi unificada durante o Iluminismo. Até então, era um conjunto de reinos jurídica e politicamente independentes governados pela mesma monarquia. Até a data da unificação, a monarquia era formada por um conjunto de reinos associados por herança e união dinástica ou por conquista. A forma de governo era conhecida como aequo principaliter: Os reinos eram governados cada um de forma independente, como se tivesse, cada reino, o seu próprio rei. Cada reino mantinha o seu próprio sistema legal, a sua língua, os seus fóruns e os seus privilégios. A constituição de 1812 adopta o nome "As Espanhas" para a nova nação.

Curiosidade: A Espanha é o segundo maior país da Europa Ocidental depois da França

## 2- Localização geográfica

A localização da Espanha: A Espanha, país europeu da península Ibérica, tem 17 regiões autônomas com geografia e cultura diversas. Madri, a capital, abriga o Palácio



Real e o Museu do Prado, obras dirigidas por mestres europeus. Segóvia tem um castelo medieval (Alcázar) e um aqueduto romano intacto. A capital da Catalunha, Barcelona, apresenta monumentos modernistas de Antoni Gaudí, como a Igreja da Sagrada Família. O Rio Tejo ou Tagus (Espanhol) é um Rio enorme que nasce em Espanha e que desagua em Lisboa, onde esse Rio confere uma maior beleza na bela Cidade de Lisboa, onde o Lisboeta vive em união com o Rio e onde o contacto com o seu Rio é permanente.

## 3- A história da receita

A Terra Natal deste prato é a região de Valência, na costa leste da Espanha. Ela surgiu como alimento dos camponeses, nos séculos XV e XVI, quando saíam para o trabalho rural, levando arroz, óleo de oliva e sal, além do recipiente para cozinhar: uma

panela redonda com alças, ampla e rasa chamada de “Paella”.

Esse formato facilitava o mexido do arroz e seus componentes durante o preparo, proporcionando um cozimento por igual. Como a origem desta verdadeira delícia está fortemente relacionada ao campo, incorporavam à receita do prato os ingredientes que encontravam, tais como, carne de caça, sobretudo de lebre e de pato, legumes da estação e açafrão (nobre especiaria) retirada das flores, dando o colorido amarelado ao arroz.

#### 4- Hora da receita

### Paella

#### Ingredientes:

- ❖ 8 colheres de azeite extra-virgem
- ❖ 1 cebola média picada
- ❖ Meia cabeça de alho picado
- ❖ 200 g de peito de frango em cubos
- ❖ 4 camarões rosa
- ❖ 200G de lula cortada em anéis
- ❖ 1 pimentão verde e 1 vermelho cortados em tiras
- ❖ 200 g de polvo cozido
- ❖ 8 mexilhões abertos





- ❖ 4 camarões-pistola grandes
- ❖ 4 lagostins para decorar o prato
- ❖ Cebolinha verde picada
- ❖ 400 g de arroz parboilizado
- ❖ 1 pitada de açafrão
- ❖ 1 cálice de vinho branco
- ❖ 800 ml de caldo de peixe



### Modo de Preparo

1. Para o caldo de frutos do mar:
2. (consiste no cozimento do camarão, das cascas do camarão, lagostim, mexilhão)
3. Primeiro, coloque o azeite na frigideira que já está quente.
4. Depois, jogue a cebola e o alho para dourar.
5. Mexa um pouco e acrescente as tiras de pimentão.
6. Em seguida, coloque os cubos de frango cru e não temperados.
7. Adicione a lula, crua também, e depois os pedaços de polvo já cozido.
8. Uma colher de sopa rasa de sal é suficiente porque o caldo de peixe que vai ser usado já é um pouco salgado.
9. Para dar mais um gostinho, rale um pouco de pimenta-do-reino sobre a paella e despeje o arroz.

10. Mexa levemente para misturar bem os ingredientes.
11. No final, coloque uma pitada de açafrão, o vinho branco e o caldo de peixe.
12. Mexa devagar e tampe a panela para cozinhar.
13. Quando a paella estiver borbulhando, pronta, é hora de decorar.
14. Você pode começar pelos lagostins, que são pré-cozidos, e continuar com os camarões-pistola (grelhados antes) e depois os mexilhões cozidos dentro da casca.
15. Se quiser, você ainda pode usar salaminho ou linguiça portuguesa nessa decoração.
- 16 Ah, não esqueça de espalhar a cebolinha verde.

**AUTORES: Gabriel C Silva, Marcela N. Baffi, Beatriz M. Sinhoreto e Renato Faria Brito Filho.**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## 1- A história de um povo

### Itália

Os primeiros imigrantes italianos chegaram ao Brasil em 1870, devido ao grande estímulo do governo, principalmente depois de 1850, quando o tráfico de escravos foi abolido no Brasil e os europeus substituíram a mão-de-obra escrava. Estes italianos eram, na maioria, da região do Vêneto, norte da Itália. Os italianos chegaram inicialmente à região sul, onde instalavam-se colônias de imigrantes. Em meados do século XIX(19), o governo brasileiro criou as primeiras colônias, fundadas em áreas rurais como a Serra Gaúcha, Garibaldi e Bento Gonçalves (1875). Após cinco anos, devido ao grande número de imigrantes, o governo criou uma nova colônia italiana em Caxias do Sul. Os italianos, assim como os demais imigrantes, deixaram seu país basicamente por motivos econômicos e socioculturais. A emigração, muito praticada na Europa, aliviava os países de pressões socioeconômicas, além de alimentá-los com um fluxo de renda vindo do exterior, e nada desprezível, pois era comum que imigrantes enviassem economias para os parentes que haviam ficado.

## 2- Localização geográfica



A

península Itálica está no sul da Europa, onde predomina o clima temperado mediterrânico. É limitada ao norte pelos Alpes e ladeado a oeste pelo mar Tirreno e a leste pelo Adriático. A República Italiana é constituída, além da península, por várias ilhas, das quais a Sicília e a Sardenha são as maiores.

O território italiano tem uma superfície de 301 401 km, com um comprimento máximo de 1 300 km, e uma largura de 600 km.

Estende-se no centro do mar Mediterrâneo, tendo ao sul e ao oeste duas grandes ilhas: a Sicília e a Sardenha. Ao norte da Sicília situa-se o arquipélago das Eólias, composto pelas pequenas ilhas vulcânicas de Stromboli, Lipari, Vulcano, Alicudi, Filicudi, Salina e Panarea.

### 3- A história da receita

Lasanha é um prato feito em camadas baseado na junção de massas de macarrão em formatos de folhas com queijos e molhos diferentes. Não se sabe exatamente qual é a origem do mesmo, porém acredita-se que a lasanha seja tipicamente italiana. O filósofo Cícero cita sua paixão por algo bem semelhante ao prato, com grandes camadas de massa. Apesar disso, também existem evidências de que havia outro prato bem parecido à lasanha feito na corte do Rei Ricardo II (Rei Ricardo 2º), no século XIV (14), o qual inclusive foi registrado no primeiro livro de receitas da Inglaterra.



### 4- Hora da receita

Lasanha à Bolonesa

Ingredientes:

Lasanha:

- Meio quilo de massa para lasanha

Molho Bolonesa:

- 2 colheres (sopa) de óleo



- meio quilo de carne moída
- 1 cebola pequena picada
- 1 cenoura pequena ralada no ralo fino
- meia xícara (chá) de salsão picado
- 1 lata de polpa de tomate
- 2 tabletes de Caldo Carne
- Molho Branco:
  - 2 colheres (sopa) de manteiga
  - 2 e meia colheres (sopa) de farinha de trigo
  - meio litro de Leite
  - 1 pitada de noz-moscada
  - 1 colher (chá) de sal
  - 1 pitada de pimenta-do-reino
  - 1 caixinha de Creme de Leite

#### Montagem:

- 250 g de queijo mussarela fatiado
- 2 colheres (sopa) de queijo parmesão ralado



#### Modo de preparar

Cozinhe a massa de acordo com as instruções da embalagem e coloque em um recipiente com água fria até o momento de montar.

### Molho Bolonhesa:

Em uma panela, aqueça o óleo e refogue a carne. Junte a cebola, a cenoura, o salsão e deixe refogar até murchar. Acrescente a polpa de tomate e o tablete de caldo, dissolvido em 1 xícara (chá) de água quente. Deixe cozinhar por cerca de 10 minutos, ou até apurar o molho. Reserve.

### Molho Branco:

Em uma panela, derreta a manteiga, junte a farinha de trigo e deixe dourar. Aos poucos junte o Leite, mexendo sempre para não formar grumos. Acrescente a noz moscada, o sal, e a pimenta-do-reino. Quando adquirir consistência cremosa, retire do fogo, acrescente Creme de Leite, misture bem e reserve.

### Montagem:

Em um recipiente refratário (20 x 30 cm), coloque uma porção de molho bolonhesa; cubra com uma camada de massa, e uma porção de molho branco e coloque o queijo mozzarella. Repita as camadas até a borda do recipiente. Finalize com o queijo parmesão ralado e leve ao forno alto (220°C), preaquecido, por cerca de 20 minutos ou até dourar.

Agora pode se servir!

**AUTORES: Eduardo, Gabriela, Heitor e Mariana.**

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4º ano

NOV/2020

COLÉGIO AGOSTINIANO SÃO JOSÉ  
SÃO JOSÉ DO RIO PRETO, SÃO PAULO, BRASIL