

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4º ano

NOV/2020

---

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



2020

## *Professores Colaboradores*



*ANA PAULA SANCHEZ*

*História-Geografia-Matemática*

*VERIDIANA REGOLATTI*

*Ciências*

*PAULA BDINE*

*Informática*

*Maria Regina Gimenez de Fávares*

*Coordenação Pedagógica*

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



# Sumário

*Autores*

*A história de um povo ...*

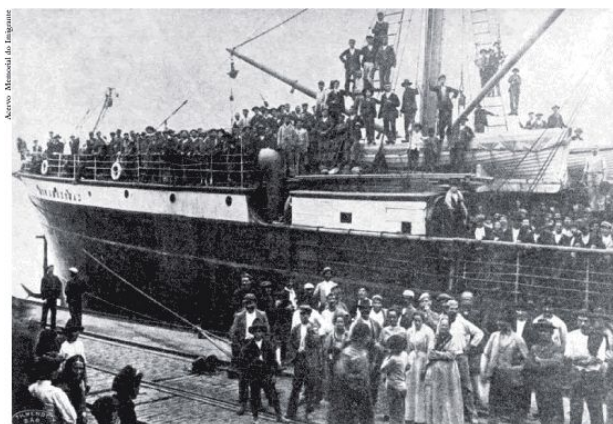
*Localização Geográfica...*

*História da receita...*

*Hora da Receita...*

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## PORTUGUESA



*Desembarque de imigrantes no Porto de Santos (SP), 1907.*

# AUTORES



Ana Laura Voltolini Ferreira.

Julia França Motta

Valentine Nogueira

## A história de um povo e localização

Durante o passado, o Brasil foi colonizado pelos portugueses, a história de Portugal como nação europeia remonta a baixa idade média, quando o condado portugalense se tornou autónomo do reino do leão.

Portugal é um país no sul da Europa, localizado na Península Ibérica, que faz fronteira com a Espanha. Sua localização às margens do Oceano Atlântico influenciou muitos aspectos da cultura do país: o bacalhau salgado e as sardinhas assadas são pratos típicos nacionais, as praias do Algarve são destinos muito procurados e boa parte da arquitetura do país data dos séculos XVI a XIX, quando Portugal era um poderoso império marítimo.





## *História da receita*

### *Pastel de Nata ou Pastel de Belém*

Em 1837, em Belém, próximo ao Mosteiro dos Jerónimos, numa tentativa de subsistência, os clérigos do mosteiro puseram à venda uns pastéis de nata. Nessa época, Belém e Lisboa eram duas localidades distintas com acesso

assegurado por barcos a vapor. Na sequência da revolução liberal de 1820, em 1834 o mosteiro fechou.

O pastel de nata é uma comida típica de Portugal. Os pastéis de nata ou pastéis de belém são uma das mais populares especialidades da doçaria portuguesa. comem-se ainda quentes, polvilhados de açúcar em pó e canela. O Pastel de Belém foi eleito em 2011 uma das 7 Maravilhas da Gastronomia de Portugal.



## *Hora da receita*

### *PASTEL DE NATA OU PASTÉIS DE BELÉM*

#### **INGREDIENTES**

2 unidades de massa folhada

500 gramas de nata ou creme de leite de pacote

200 gramas de açúcar (1¼ xícaras)

7 gemas de ovo

½ limão siciliano (raspa)

1 colher de sopa de farinha de trigo ou maisena

1 pau de canela

canela em pó (opcional)

Também lhe pode interessar: Pastel de nata tradicional



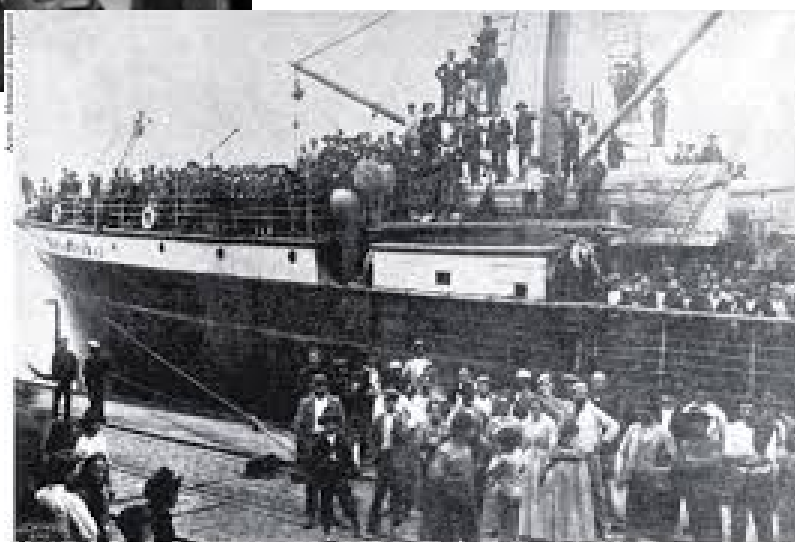
#### **MODO de PREPARO**

1- Prepare o creme dos pastéis de nata misturando as natas com as gemas, a farinha e o açúcar. Leve ao fogo médio-baixo junto com as raspas de limão em tiras grandes e o pau de canela e fique mexendo até levantar fervura.

*Dica:* Peneire as gemas para evitar o cheiro forte a ovo. O creme do pastel de nata fica mais amarelinho se você usar gema de ovos caipiras.

# Heranças da Imigração

## ITALIANA



*Desembarque de imigrantes no Porto de Santos (SP), 1905.*



## *Autores*

*Yasmim Vecchio Vasconcelos*

*Maria Clara Franco Salomão*

*Francisco Ferreira Geantomasse*

## *A história de um povo...*

A Itália, país europeu com uma longa costa mediterrânea, deixou uma marca poderosa na culinária e na cultura ocidentais. A capital, Roma, é sede do Vaticano e abriga obras de arte monumentais e ruínas antigas. Outra cidade importante é Florença, com



obras-primas do Renascimento, como o "Davi", de Michelangelo, e o Domo de Brunelleschi.

Destacam-se também Veneza, a cidade dos canais Milão, capital da moda italiana.



## *Localização geográfica*

Localizada na porção sul do continente europeu, na península Itálica, a Itália limita-se com a França (a noroeste), Eslovênia (a nordeste), Áustria e Suíça (ao norte), além de possuir territórios no Mar Mediterrâneo.

## *História da receita*

### *Polenta*


A Polenta é um alimento típico da culinária italiana, mas que tem amplo uso e aceitação em diversos países, como Argentina, Brasil e Paraguai. Sua base é a farinha de milho e antes da chegada de imigrantes italianos, já se consumia no Brasil uma forma de polenta de milho, que pode ter a consistência de uma polenta firme ou cremosa, mas que nunca era grelhado ou frito.



Existe, na Ilha da Madeira, um prato típico muito parecido, as papas de milho, que é consumido logo depois de cozido, a acompanhar peixe, ou então frito, a acompanhar a espetada madeirense de carne de vaca.

A polenta tem origem na região norte da Itália. Constituía a base alimentar (o prato mais consumido) da população e dos legionários romanos. Era feita principalmente de farinha de aveia, mas podiam ser utilizadas farinhas de outros cereais como o trigo.

Pouco depois da chegada dos espanhóis ao Caribe em 1492, o milho foi introduzido na Europa. Na Itália, o milho



passou a ser cultivado primariamente no norte, onde as chuvas são abundantes. A partir de então é que a polenta passou a ser feita de farinha de milho.

A polenta de milho tornou-se o principal prato nas regiões de Veneza e Friuli, onde passou a substituir o pão (feito com trigo) e o macarrão. Inicialmente restrita a essas regiões, em pouco tempo a polenta passou a dominar todos os aspectos da culinária italiana. Sua textura varia bastante, de firme nas regiões de Veneza e Friuli a cremosa na região de Abruzzi. A polenta sempre foi feita da mesma forma: com bastante esforço e paciência, misturando a pasta de milho em caldeirões de cobre aquecidos sobre o fogo.

Pode ser servida mole, dura, grelhada ou frita. Pode ser recheada com uma miríade de molhos ou outros ingredientes, acrescentados enquanto ela ainda está mole. Antigamente considerada “comida de pobres”, a polenta hoje é usada em diversas casas e restaurantes, sem essa conotação. Recentemente, a indústria alimentícia lançou polentas pré-preparadas, para serem feitas em refeições instantâneas.



# *Hora da receita*

## *Polenta*

### INGREDIENTES

3 xícaras (chá) de sêmola de milho (cerca de 500 g)

2,5 litros de água

3 colheres (sopa) de manteiga

½ xícara (chá) de queijo parmesão ralado fino

1 colher (chá) de sal

### MODO DE PREPARO.

Em uma panela, leve a água ao fogo e acrescente o sal e a manteiga. Quando iniciar a fervura, acrescente a sêmola de milho e mexa sem parar para não empelotar. Deixe a polenta cozinhar por 30 minutos em fogo baixo.

Despeje a polenta em um refratário, salpique com parmesão e cubra com o molho de sua preferência.

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## AFRICANA

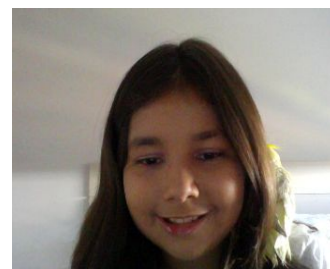
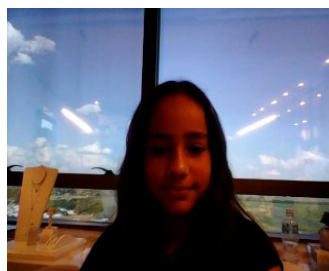
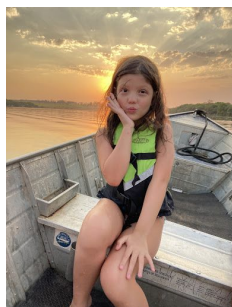


## *Autores*

*Joana Franco Vieira*

*Marcela Perina Brambila*

*Isadora Sundfeld Maniglia*





## *A história de um povo*

## *Localização geográfica*



## *História da receita*

### *Ugali*

Tradição da tribo Kalenji, o ugali é uma espécie de mingau feito a partir da mistura de farinha de milho com água. O carboidrato é a fonte de energia número 1 dos atletas locais e já é oferecido nas principais maratonas do mundo, tamanha é sua importância na dieta dos quenianos.

## *Hora da receita*

### *Ugali*

#### **Ingredientes:**

- água quente (3/4 chávenas)
- farinha de milho branca fina (1/2 chávenas)
- sal

#### ***Preparo:***

1- Aquece-se a água primeiro numa panela, quando está a ferver deita-se a farinha e mexe-se continuamente para ficar sem grumos.

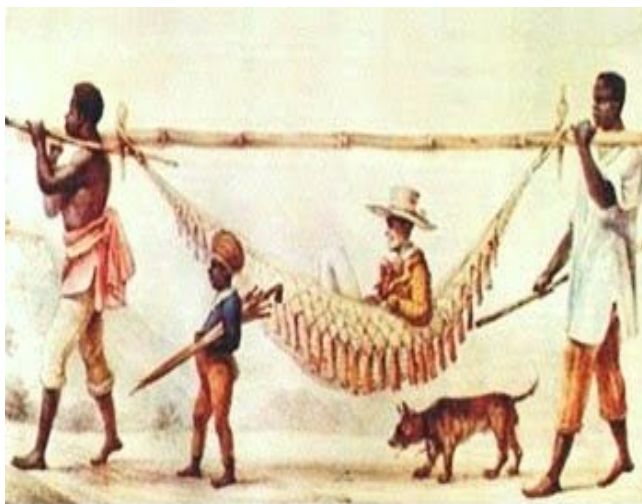
2- Reduz-se para lume médio e vai-se mexendo ocasionalmente para que cozinhe sem se pegar ao fundo, durante cerca de 10m.

3- Com o lume no mínimo tapa-se e deixa-se cozinhar cerca de 5m.

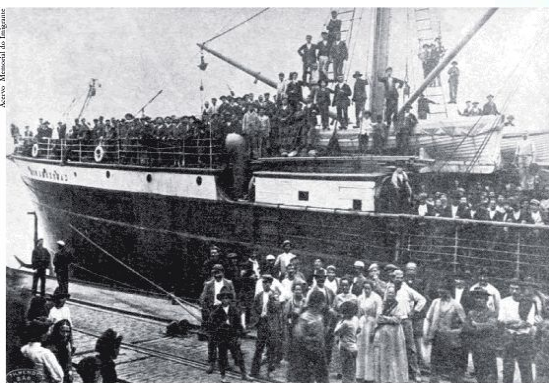
4- Nesta altura a mistura já está muito espessa e forma uma espécie de bola.

5- Vira-se a parte de baixo para cima e volta-se a tapar, deixando cozinhar mais uns minutos.

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Tela de Jean Baptiste Debret  
"Voyages au Brésil: Retour d'un propriétaire" (1816-1831)



*Desembarque de imigrantes no Porto de Santos (SP), 1907.*



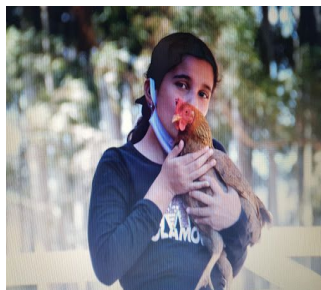


## *Autores:*



*VALENTINA CORREA JANTONIO*

*LAURA PELLUCO SANFELIXE*



*MANUELLA DA SILVA TAPARO*

# 1- A história de um povo Árabe e a localização:

## ORIENTE MÉDIO

**A região compreende o Oriente Médio por 15 países, com uma população estimada de 260 milhões de habitantes.**

A região que compreende o Oriente Médio está localizada na porção oeste do continente asiático, conhecida como Ásia ocidental. Possui extensão territorial de mais de 6,8 milhões de quilômetros quadrados, com população estimada de 260 milhões de habitantes. É composta por 15 países: Afeganistão, Arábia Saudita, Bahrain, Catar, Emirados Árabes Unidos, Iêmen, Irã, Iraque, Israel, Jordânia, Kuwait, Líbano, Omã, Síria e Turquia.

## Clima

O clima do Oriente Médio é árido e semiárido, o que proporciona o predomínio de uma paisagem vegetal marcada pela presença de espécies xerófilas (nas áreas de clima árido), ou de estepes e pradarias (nas áreas de clima semiárido). Apenas pequenas faixas de terra, na porção litorânea, apresentam climas um pouco mais úmidos, onde há presença de formações vegetais arbustivas.

## **Atividades Econômicas**

O petróleo é o principal produto responsável pela economia dos países do Oriente Médio. Nessa região está localizada a maior concentração mundial dessa fonte energética (aproximadamente 65% de todo o petróleo mundial). Essa grande quantidade de petróleo, aliada a fatores econômicos e políticos, criou as condições para a formação, em 1960, de um dos mais importantes cartéis do mundo atual, a Organização dos Países Exportadores de Petróleo (OPEP).

Outra atividade econômica importante no Oriente Médio é a agropecuária. Por ser realizada predominantemente de forma tradicional, com uso de pouca tecnologia e mecanização, essa atividade incorpora cerca de 40% da população economicamente ativa. O predomínio de climas áridos e semiáridos na região é bastante prejudicial para o desenvolvimento dessa atividade econômica.

A atividade industrial no Oriente Médio apresenta pouca expressividade. Nos países petrolíferos, há a existência de refinarias e petroquímicas. Outras indústrias se relacionam aos setores mais tradicionais, como o têxtil e o alimentício.

O turismo é outra atividade que vem apresentando importância para alguns países do Oriente Médio, a exemplo de Israel e Turquia (que recebem cerca de 2,5 milhões de turistas por ano).

## Religiões

No Oriente Médio, aproximadamente 238 milhões de pessoas (cerca de 92% da população) são muçulmanas. A maioria pertence às seitas sunita e xiita (sugeridas logo após a morte do profeta Maomé, em 632 d.C.). Há grupos menores de mulçumanos, como os drusos e os alauitas.

A região abriga ainda cerca de 13 milhões de cristãos, muitos de igrejas árabes, como a copta ou a maronita, que estão entre as mais antigas do cristianismo. Além disso, também vivem no Oriente Médio cerca de 6 milhões de judeus, quase todos em Israel. A migração desses deu-se em ondas, originárias primeiro da Europa e, depois, de todo o mundo. Por isso, no Estado judeu encontram-se inúmeros grupos étnicos cujas culturas, tradições, orientações políticas e práticas religiosas variam muito e são livremente expressas.



## Consequências dos conflitos no Oriente Médio

### Conflitos

A região do Oriente Médio é uma das áreas mais conflituosas do mundo. Diversos fatores contribuem para isso, entre eles: a sua própria história; origem dos conflitos entre árabes, israelenses e palestinos; a posição geográfica, no contato entre três continentes; suas condições naturais, pois a maior parte dos países ali localizados é dependente de água de países vizinhos; a presença de recursos estratégicos no subsolo, caso específico do petróleo; posição no contexto geopolítico mundial.

As fronteiras das novas nações, definidas de acordo com interesses europeus, não consideraram a história e as tradições locais, conseqüentemente vários conflitos ocorreram e continuam ocorrendo no Oriente Médio.

Os novos Estados árabes – Iraque, Kuwait, Síria, Líbano, Jordânia – brigaram por recursos naturais e território. O conflito mais grave ocorreu na Palestina, para onde, até o fim da Segunda Guerra, havia migrado meio milhão de judeus. Quando foi criado o Estado de Israel, cinco países árabes atacaram, na primeira das seis guerras entre árabes e israelenses.

## Jerusalém



Os cartógrafos medievais situavam Jerusalém no centro do mundo e, para muita gente, a Cidade Velha continua a ser assim considerada. Para os Judeus, o Muro das Lamentações, parte do Segundo Templo, é o local mais sagrado de todos. Acima dele está o Domo da Rocha, o terceiro local mais importante no islamismo, de onde Maomé subiu aos céus. A poucos quarteirões dali, a Igreja do Santo Sepulcro assinala o local tradicional da crucificação, do enterro e da ressurreição de Jesus. Israel reivindica a cidade como sua capital eterna; já os palestinos a querem como capital de seu Estado.





de Mesquita Sheik Zayed, em Abu Dhabi, capital dos Emirados Árabes Unidos. civilização árabe esteve marcada pelo processo de expansão da religião islâmica

## Localização: Oriente Médio



Oriente Médio: Israel e Palestina, Líbano, Síria, Iraque, Jordânia, Arábia Saudita, Iêmen, Omã, Estados Árabes Unidos (EAU), Qatar, Bahrein, Kuwait e Irã.

## *História da receita*

### *Kafta recheada:*

Existem receitas que ultrapassam os séculos e civilizações. E a kafta sem dúvida é uma delas. De origem persa, o nome significa "moído" e é apreciado por uma boa parcela da população global. Está presente na Índia, na Ásia




Central, Bulgária, Chipre, Israel, Jordânia, Palestina, Líbano, Marrocos, Paquistão, Romênia e Turquia. Um dos motivos de sua popularidade é a facilidade de ser preparado: a carne moída – boi, cordeiro e frango são as mais usadas – é temperada e amassada em forma de almôndegas ou moldada em volta de espetinhos que depois são levados para grelhar em uma churrasqueira. Há também receitas vegetarianas e veganas.

Cada país tem sua receita, mas o nome muda muito pouco, apesar dos diferentes idiomas: kofta na Bulgária, Índia e Israel, por exemplo; köfte em turco; qofte na Albânia. Mas todos se referem aos bolinhos de carne. Vai ver por isso é fácil de confundir com outros nomes.

Aqui no Brasil, o prato foi introduzido pelos imigrantes do Líbano e da Síria, que vieram para cá após o fim da Primeira Guerra Mundial e o fim do Império Turco-Otomano. Aliás, esse é o motivo de muitos desses imigrantes





terem sido chamados de turcos por um bom tempo: embora fossem libaneses e sírios, seus passaportes estampavam a palavra "turco".

### 3-Hora da Receita

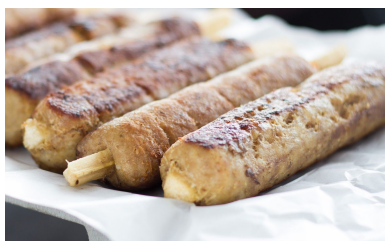
#### Kafta recheada:

#### INGREDIENTES:

- 800 g de carne bovina patinho moída
- 1/2 kg de linguiça de porco caseira sem a tripa
- um pacote de creme de cebola
- queijo mussarela cortado em palitos de 8 cm comprimento a gosto
- salsinha picada a gosto
- cebolinha picada a gosto
- hortelã picada a gosto



#### MODO DE PREPARO:



1. Coloque todos os ingredientes, menos a mussarela, em uma vasilha.
2. Amasse bem, dando liga à massa.
3. Coloque a mussarela no palito e envolva uma quantidade de massa até cobrir por igual, afinando nas extremidades.
4. Leve ao congelador para firmar.
5. Asse em grelha na brasa.
6. A mussarela vai derreter e sair pelos poros da carne, sirva quando estiver dourada.

Informação adicional: Use palitos de mais ou menos 30 cm, de preferência não ser redondo para na hora de virar não soltar. Pode-se guardar congelado por muito tempo e não precisa descongelar para ir a grelha.

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## JAPONESA

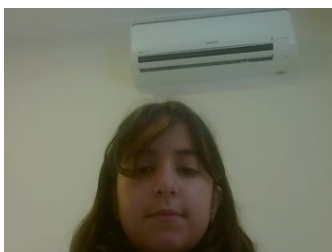


## AUTORES

LARA REIS DE BORBA

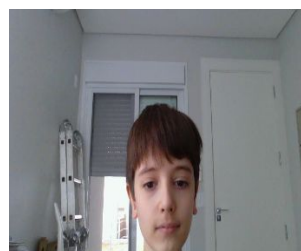


MANUELA

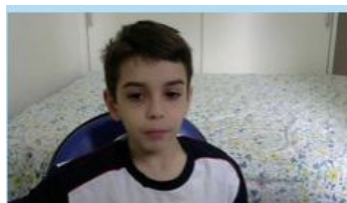


BORDINI DE PAULA

RAFAEL NOZELA MARTINS ROSSI



LUCAS GODI RABELO



## *A história de um povo...*

### *JAPÃO*

*A imigração japonesa no Brasil tem como marca a chegada do navio Kasato Maru, em Santos, no dia 18 de junho de 1908, do porto de Kobe . A embarcação trouxe, numa viagem de 52 dias, os 781 primeiros imigrantes vinculados ao acordo imigratório estabelecido entre Brasil e Japão. Estes imigrantes vieram trabalhar nas lavouras do Brasil por causa da expansão das plantações de café, que havia demanda por mão de obra barata na zona rural paulista.*

*Os japoneses que vieram para o Brasil trouxeram frutas, legumes e vegetais que não existiam na culinária brasileira . Criaram cinturões verdes , cultivaram áreas antes inférteis e provocaram uma mudança de hábitos na alimentação brasileira. Com isso, as técnicas agrícolas evoluíram no Brasil por causa dos imigrantes japoneses. A culinária japonesa tornou-se popular no Brasil a partir da década de 1980, principalmente na capital paulista onde vive a maioria da colônia japonesa .No entanto, foi apenas na década de 1990, que houve uma grande adesão pelos brasileiros à culinária japonesa principalmente por se tratar de uma comida saudável, equilibrada e saborosa.*

## Localização geográfica

O JAPÃO É UM PAÍS DA ÁSIA ORIENTAL, LOCALIZADO NO OCEANO PACIFICO. É COMPOSTO POR 6 552 ILHAS, CUJAS CINCO MAIORES SÃO: HONSHU, HOKKAIDO, KYUSHU, SHIKOKU E OKINAWA.

### *Tóquio* (capital)



## *História da receita*

# SUSHI

As suas origens remontam ao século IV a.C. no sudeste asiático. Utilizava-se então uma porção de arroz cozido para conservar o peixe salgado através da fermentação do arroz. Meses depois, o arroz era descartado e o peixe consumido. Logo, resumidamente, o cozinheiro japonês Yohei não esperou a fermentação e serviu o peixe cru enrolado no arroz, surgindo o **sushi**.



## *Hora da receita*

# *SUSHI*

### **Ingredientes**

#### **Para o arroz:**

- 3 xícaras de chá de arroz japonês,**
- 1 pedaço de alga kombu de 4 cm limpo com um pano,**
- 2 colheres de sopa de sake japonês original,**
- 1 ½ xícara de chá de vinagre de arroz,**
- 1 colher de sopa de sal,**
- 4 colheres de sopa de açúcar,**
- o quanto bastar de água**

#### **Para o recheio:**

- pepinos,**
- tofu em conserva,**
- gingibre em conserva,**
- kani kama ou peixe de sua preferência.**

**Você também precisará de uma panela grande, panela pequena, esteira para enrolar sushi e faca de corte fino.**



## Modo de fazer

- 1- Para preparar o arroz lave-o bem com água em temperatura ambiente até que não saia mais amido;
- 2- A seguir deixe o arroz de molho na água;
- 3- Troque a água e leve ao fogo com água o suficiente para cobrir o arroz;
- 4- Cozinhe com a alga e o sake até levantar fervura;
- 5- Retire em seguida a alga e deixe cozinhar até que fique quase seco;
- 6- Cubra com um pano de prato;
- 7- Enquanto isso leve ao fogo os outros ingredientes até levantar fervura;
- 8- Ainda quente leve essa mistura ao arroz e misture para incorporar abanando bem com um abanador;
- 9- Pegue a esteira de enrolar sushi e coloque sobre ela a alga nori;
- 10- Acrescente o arroz fazendo uma camada fina e homogênea, ajeitando com as mãos úmidas;
- 11- Na parte superior acrescente os ingredientes do recheio
- 12- Os mais tradicionais são o pepino, o tofu, o gengibre em conserva e o kani, mas você poderá escolher o que prefere;
- 13- Importante cortar tudo o que for utilizar em fatias finas e compridas, colocando na parte superior do arroz;
- 14- Outro ponto importante é não utilizar mais de 3 recheios por rolo caso contrário o rolo ficará muito grande e tende a desmoronar ao cortar;
- 15- Enrole de cima para baixo, pressionando bem para não desmontar;
- 16- Cole com água e corte o seu rolo em oito sushis a partir do meio com uma faca bem afiada em um corte direto;

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

## ESPAÑHOLA



## *Autores*



*NICOLAS SIMÕES*

*FERRARI*

*GUILHERME*

*ALMEIDA MELO*



*HEITOR BRASILEIRO DA MATA*

## *A história de um povo...*

Os imigrantes espanhóis trouxeram heranças com eles como paella, gazpacho, jamón, Ibérico, calamari, pulpo a la gallega, tortilla española. Eles trouxeram essas comidas para o Brasil. As comidas são de origem espanhola.

## *Localização geográfica*



Os imigrantes são originários principalmente na América Latina (39%), Norte da África (16%), Europa Oriental (15%) e África subsaariana (4%).

## *HISTÓRIA DA RECEITA*



Originário do município de Valença, também conhecido como Paella Valenciana. O prato típico espanhol surgiu como alimento de camponeses, nos séculos XV e XVI, quando era preparado com

arroz, óleo de oliva e sal, em uma panela redonda, ampla, rasa e com alças, chamada de “Paella”

# *HORA DA RECEITA*



## *INGREDIENTES:*

- **CARNES.**
- **Porco**
- **Frango**
- **Frutos do mar**
- **Camarão**
- **Mexilhão**
- **Lula**
- **TEMPEROS.**
- **2 dentes de alho**
- **12 unidades de vagem**
- **cebola**
- **pimentão vermelho.**
- **arroz**
- **tomate sem sementes.**

## **MODO DE PREPARO**

Corte o pimentão em tiras no comprimento do dedo, depois a cebola e o alho picadinhos.

Corte no meio as vagens, e o tomate, o camarão não pode ficar muito tempo grelhando. Quando o camarão ficar rosado já é para retirar, depois bote a lula e depois de uns 3 min retire da panela.

Coloque no mesmo pote do frango e a carne de porco, depois de 10 minutos o alho, a cebola, o tomate e a vagem.

Deixe entre 2 a 3 minutos, e adicione os pimentões ,depois o arroz e o tomate sem semente deixe na panela por 1 minutos e 30 segundos em seguida retire da panela sirva no prato e pronto.

# HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4º ano

NOV/2020

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