

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^º ANO



SÃO JOSÉ DO RIO PRETO - SÃO PAULO

2020

Professores Colaboradores

Cláudia Regina Giamatei Bertoco
Geografia / Ciências/ Matemática

Rafael de Castro Lima

História

Paula Bdine

Informática

Maria Regina Gimenez de Fávares

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 a se aventurarem e serem grandes chefes de cozinha preparando alguns pratos típicos sugeridos pelos alunos dos 4^{os} anos. Bom apetite!

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

LIBANESA



1- A história de um povo...

A imigração libanesa no Brasil teve início oficialmente por volta de 1880, quatro anos após a visita do imperador dom Pedro II ao Líbano. É certo, entretanto, que a segunda metade do século XIX foi a principal época de entrada dos imigrantes libaneses no Brasil, ou seja, de 1860 a 1890.

2- Localização geográfica

O Líbano é um país localizado nas extremidades leste do Mar Mediterrâneo, na Ásia Ocidental. Numa região que faz ligação entre esse continente e a Europa.



Faz fronteira com a Síria, ao norte e a leste com Israel.

3- A história da receita

O nome deriva de kibbeh, que em árabe significa bola, é um prato muito popular e considerado o prato nacional no Líbano, Palestina, Síria e Iraque. ... O quibe com a carne e a mistura de tabule, sem a massa (crosta), pode ser servido cru, chamado kibbe nayyar, típico do Líbano, Síria e Iraque, acompanhado do licor de arak.

4- Hora da receita

Quibe

Ingredientes:

- 700 g de patinho moído (deve ser bem limpo, sem gordura)
- 250 g de trigo de quibe
- 1 cebola grande
- 1 maço de hortelã
- 1/2 xícara de azeite extra virgem
- 1 colher de chá de pimenta síria
- 3/4 xícara de água bem gelada
- sal a gosto



Modo de preparar



1- Primeiro lave bem o trigo até a água sair clarinha. depois deixe de molho de forma que fique pelo menos dois dedos acima da água do trigo, porque ele cresce.

2- Pique bem a cebola e a hortelã.

3- Escorra toda a água do quibe em um pano limpo.

4-Coloque a carne, o trigo sequinho, cebola e hortelã picados, sal, pimenta síria, azeite e por fim a água gelada e misture bem até que

todos os ingredientes estejam homogêneos.

5- Coloque em uma travessa, regue com um pouco mais de azeite e coloque na geladeira.

6- Sirva depois de 1 hora com o pão sírio.



Autores: Amanda

Ferreira de Lima, Ana

Luiza Catelani

Fabiano, Artur

Cerqueira Rodrigues e Enzo Nicoletti Leite.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

ALEMÃ



1- A história de um povo...

O primeiro grupo de imigrantes alemães no Brasil chegou no ano de 1818 e fixou-se na região Sul da Bahia. A primeira colônia formada por eles, no entanto, foi formada no extremo sul do país, em São Leopoldo, que é uma região metropolitana da capital gaúcha. O principal motivo para a imigração foi a busca por uma qualidade de vida melhor, condição não encontrada na época na Alemanha, mas foi em 1824 que chegaram os que formariam a primeira colônia alemã no Rio Grande do Sul, a atual São Leopoldo. Em 1827, desembarcaram os primeiros alemães no porto de Santos, levados a Santo Amaro.

2-Localização geográfica

País localizado no continente europeu, a Alemanha limita-se com a Dinamarca (ao norte), Polónia (a leste), República Checa (a leste),



Áustria (ao sul), Suíça (ao sul), França (a sudoeste), Luxemburgo (a oeste), Bélgica (a oeste), Países Baixos (a oeste), além de ter seu território banhado pelo mar do Norte (ao norte). A Alemanha possui extensão territorial de 356.733 quilômetros quadrados, onde residem 81.166.671 habitantes, considerado o segundo país mais populoso da Europa. Além de populoso, o país é bem povoado, com densidade demográfica de 230 habitantes por quilômetro quadrado. A capital nacional é a cidade de Berlim, que possui 3.395.200 habitantes. Outras cidades importantes são: Hamburgo (1.743.600 habitantes), Munique (1.259.700 habitantes), Colónia (983.300 habitantes), Frankfurt (651.900).

3- A história da receita

Eisbein, o Joelho de Porco



134) *Eisbein Da Mamma Bruschetta*

Um prato típico alemão que conquistou o coração de muitos. O famoso prato é constituído basicamente do joelho do porco

acompanhado de chucrute ou purê de batatas. Seu nome é derivado da palavra Eisbein que significa perna (Bein) de gelo (Eis). E para explicar este nome temos diversas versões e histórias. Existem diversas variações do prato mesmo na própria Alemanha, onde até mesmo o nome pode sofrer variações. No sul, por exemplo, o prato é chamado de Haxe. Seu preparo também possui variações como o de Berlim que é curado e depois cozido e servido com acompanhamento de purê de batata e chucrute. Já na parte sul da Alemanha o joelho de porco costuma ser grelhado ou assado, o que

concede ao Joelho de Porco uma aparência mais dourada e uma camada mais crocante antes da carne. Independente da forma como é preparado, o Eisbein é um prato e tanto para saborear. Isso porque além do grande pedaço de carne envolta com gordura temos também o acompanhamento com chucrute. Seja qual for a versão este prato conquistou o coração de muitos alemães e não alemães.

4- Hora da receita

Eisbein

Ingredientes

CHUCRUTE NA SALMOURA - 1º PARTE:

- 1 repolho pequeno
- 2 colheres de sopa de sal
- 1/2 xícara de vinagre



EISBEIN NA SALMOURA - 1º PARTE:

- ***1 Joelho de porco***
- ***1 litro de água***
- ***3 colheres de sopa de sal***
- ***1 colher de sopa de açúcar***
- ***1 colher de sopa de mel ou glicose***
- ***3 sementes de zimbro (semente utilizada na culinária alemã)***
- ***3 cravos***
- ***3 grãos de pimenta***
- ***1 folha de louro***
- ***1 cebola ralada***

EISBEIN - 2º PARTE:

- ***1 Joelho de porco curado***
- ***1 cebola picada***
- ***1 folha de louro***
- ***1 dente de alho amassado***
- ***300 g de batatas***

CHUCRUTE - 2º PARTE:

- ***3 sementes de zimbro***
- ***3 grãos de pimenta***
- ***1 colher de sopa de manteiga ou margarina***
- ***1 porção de bacon picado***

Modo de preparar



CHUCRUTE NA SALMOURA - 1º PARTE:

1. *Lave e corte o repolho em tirinhas, deixando algumas folhas inteiras.*
2. *Coloque o repolho em uma bacia com o sal em cima.*
3. *Vá amassando até separar a água.*
4. *Coloque o repolho em um recipiente de vidro ou esmaltado.*
5. *Prove o sal, e acrescente se achar necessário.*
6. *Coloque também a água que havia soltado do repolho no processo do amassamento.*
7. *Cobrir tudo com as folhas inteiras de repolho.*
8. *Colocar um peso em cima e completar com água.*
9. *Não deixe o repolho em contato com o ar para não apodrecer.*
10. *Deixe fermentar por 10 dias, sempre observando se não falta líquido.*
11. *Após esse período, retire o chucrute e lave.*
12. *Pode-se guardar até 15 dias na geladeira ou 3 meses no freezer.*

EISBEIN NA SALMOURA - 1º PARTE:

1. *Lave e limpe o joelho (reserve).*
2. *Em uma panela, junte os outros ingredientes (menos o joelho) e ferva por dois minutos.*
3. *Resfrie e coloque o joelho.*
4. *Deixe descansar na geladeira por dois dias.*

EISBEIN - 2º PARTE:

1. *Lave o joelho curado e coloque numa panela.*

2. **Cubra com água fria e ferva.**
3. **Troque a água.**
4. **Coloque a cebola, o louro, e o alho.**
5. **Cozinhe até ficar macio (não muito) e acrescente as batatas inteiras descascadas.**
6. **Cozinhe, mas deixe as batatas firmes.**
7. **Retire e coloque em um pirex para levar ao forno.**
8. **Asse em forno médio para dourar.**
9. **Sugestão: se preferir uma carne mais macia, não asse. Monte o prato após o cozimento.**
10. **Dica: tire a pele antes de servir.**
11. **Como o prato é trabalhoso, costumo preparar 2 ou 3 joelhos ao mesmo tempo, congelando os que não forem consumidos.**

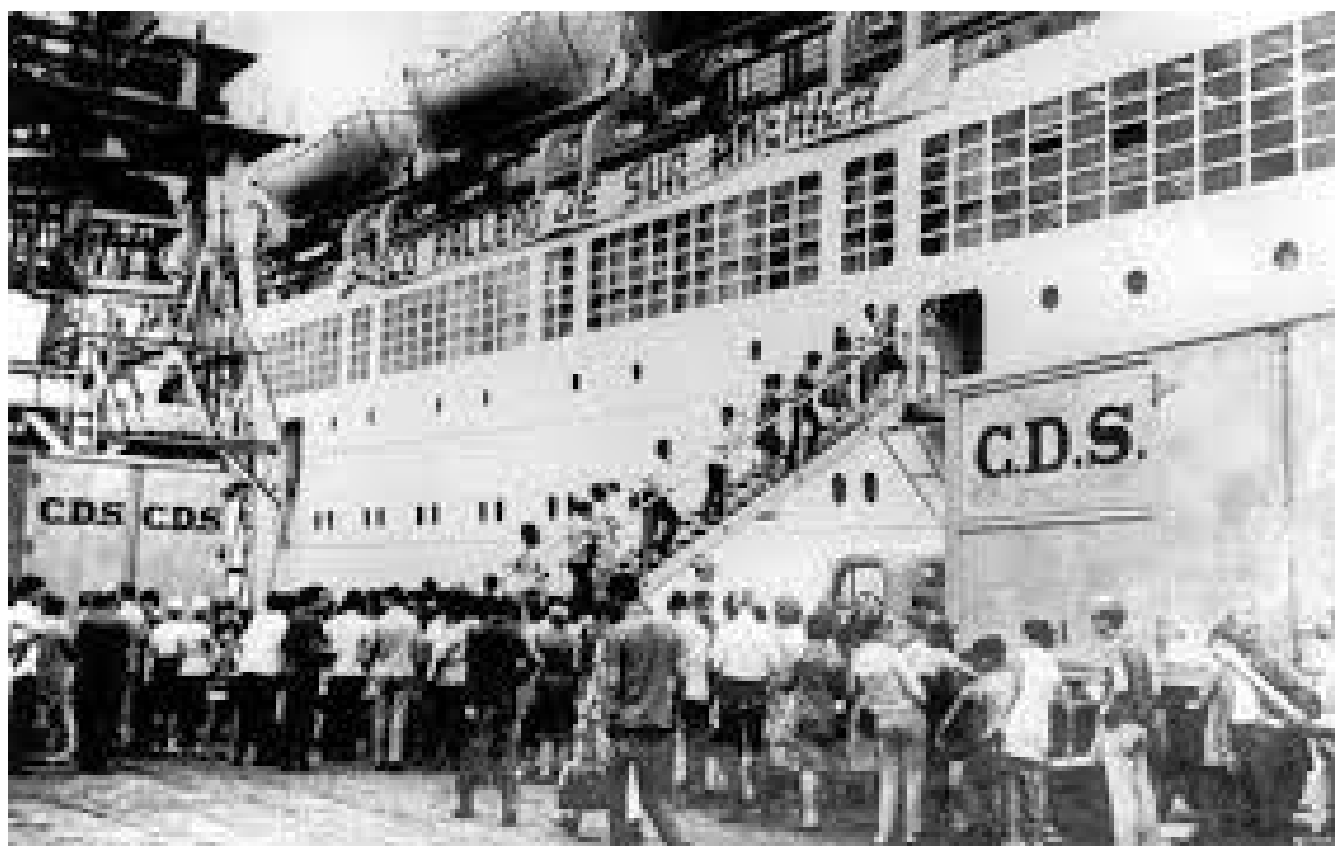
CHUCRUTE - 2º PARTE:

1. **Lave o chucrute e reserve.**
2. **Derreta a manteiga e acrescente o bacon para fritar.**
3. **Coloque o zimbros e a pimenta.**
4. **Refogue o chucrute.**
5. **Sirva com mostarda clara ou escura, como preferir.**

Autores: Felipe Garcia, Gabriel Yuri, Amanda Gomes e Beatriz Simão.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

ESPAÑHOLA



1- A história de um povo...



No Brasil, é possível destacar várias influências da cultura espanhola que foram adaptadas para os brasileiros. A dança e a culinária, por exemplo, são duas das influências que até hoje podem ser constatadas, sendo que as festas, mesmo em menor destaque, também podem ser consideradas influências espanholas.

A dança, conhecida tradicionalmente como flamenco da Espanha, também está presente em alguns estabelecimentos brasileiros que disponibilizam este tipo de entretenimento e movimentos diferenciados para todos os interessados que desejam aproximar-se ainda mais da cultura dos espanhóis.

Vinhos, azeite, paella e os famosos churros são considerados espanhóis, fazendo com que os brasileiros, sem perceber, passassem a consumir e deliciar-se com estes pratos e bebidas.

Na parte agrícola, os espanhóis também auxiliaram os brasileiros, sendo que esta nação apresentou o cultivo do centeio e da alfafa em terras brasileiras, trazendo estes dois alimentos para que também pudessem ser “fabricados” no Brasil.

2- Localização geográfica

A Espanha ou Reino de Espanha é um país europeu localizado na Península Ibérica.



O país tem como capital a cidade de Madrid. E fica no meio de dois países, na



sua frente: a França e as suas costas Portugal.

Tourada: evento histórico e cultural

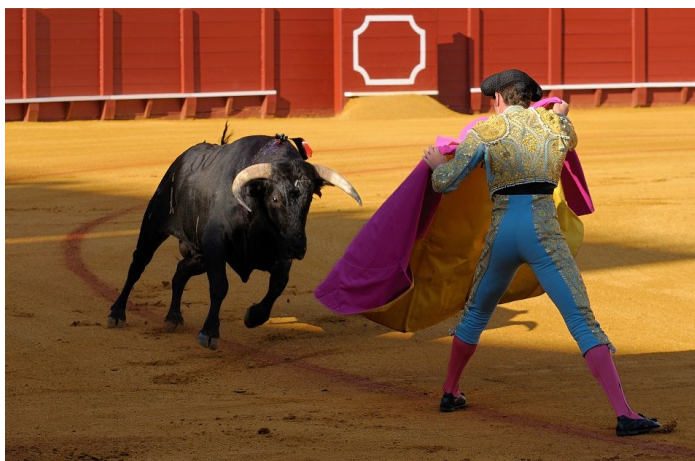
A tourada é uma prática muito tradicional na Espanha e reúne milhares de pessoas nos eventos. Assim como a vaquejada no Brasil, os adeptos consideram que o esporte está intimamente ligado à história e à cultura local.

As touradas normalmente são realizadas em locais conhecidos como “Plaza de Toros”.



Outra grande tradição no país relacionada à pecuária é a festa de São Firmino, na cidade de Pamplona, em Navarra. O evento acontece no mês de julho e consiste em

uma corrida de touros ao longo de um percurso de 849 metros por três ruas. O curioso é que voluntários se habilitam para participar junto aos animais.



3- A história da receita

Paella

A paella nasceu na região de Valência, que fica na 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”, incorporaram à receita do prato os ingredientes que encontravam, tais como: carne de caça, sobretudo de lebre e de pato, legumes da estação e açafrão, dando o colorido amarelado ao arroz.

Passado algum tempo, a Paella difundiu-se e alcançou o litoral, aí acrescentou-se os frutos do mar: camarões, lulas, vôngoles, mexilhões, lagostins e polvo, tornando-o um prato misto (terra e mar).

A Paella é um prato festivo, mais famoso e tradicional da culinária espanhola é saboreada em datas marcantes como: casamentos, aniversários, batizados, feriados religiosos e finais de semana. Seu preparo segue todo um ritual, pouco alterado desde a sua criação.

4- Hora da receita

Paella



Ingredientes:

- 1/2 kg de frango
 - 1 kg de polvo
 - 1 kg de lula
 - 2 kg de mexilhão
 - 1/2 kg de camarão médio
-
- 1/2 kg de arroz parboilizado
 - 2 unidades de cabeça de alho grande
 - 3 tomates para molho
 - 1 unidade de pimentão amarelo
 - Açafrão e sal a gosto

Modo de preparo:

PARTE 1: 15 MINUTOS:

1. Coloque a metade dos alhos para dourar no azeite.
2. Acrescente os frangos temperados.
3. Cozinhe até dourar.
4. Reserve o frango.

5. Em uma panela à parte cozinhar o mexilhão com casca e o camarão grande.

PARTE 2: 20 A 30 MINUTOS:

1. Coloque a metade dos alhos para dourar no azeite.
2. Acrescente as lulas.
3. Cozinhe até dourar.

PARTE 3: 40 A 50 MINUTOS:

1. Acrescentar o polvo, frango e o mexilhão.
2. Acrescentar água do camarão até cobrir os ingredientes.
3. Acrescentar o tomate e o pimentão picados.
4. Deixar ferver até pegar gosto e ficar suculento.

PARTE 4: 20 A 30 MINUTOS:

1. Colocar água fria (3 de água para 1 de arroz) e açafraão.
2. Colocar o arroz.
3. Espelhar o camarão médio.
4. Enfeitar a gosto.
5. Cobrir com papel alumínio.

DECORAÇÃO:

PARTE 5: 20 MINUTOS:

1. Ferver água com sal.

- 2. Cozinhar os camarões grandes inteiros ou lagostim até ficarem avermelhados.**
- 3. Cozinhar o mexilhão com casca.**

Autores: Isadora Mello, João Gabriel, João Victor e Gabriela Guarezini.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

ITALIANA



1-A história de um povo...



O povo italiano é fruto de uma enorme diversidade de povos que se estabeleceram na península Itálica... Os etruscos começaram a chegar ao centro da Itália entre os anos 1200 e 700 a.C ... Não se sabe ao certo a sua origem, mas pesquisas recentes os apontam como sendo nativos da Itália.



2-Localização geográfica



A Itália é um país da Europa meridional que faz fronteira ao norte com França, Suíça, Áustria e Eslovênia, cujo território principal forma uma península no mar Mediterrâneo e inclui duas grandes ilhas, a Sicília e a Sardenha. Sofreu, historicamente, a influência de etruscos, gregos e celtas antes de ser unificada em 262 a.C. pelo domínio romano. Roma continua a ser a capital da Itália até hoje. O nome *Itália* vem da Roma antiga. Os romanos chamavam de Itália o sul da Península Itálica ou Apenina, que significa "terra de bois" ou "terra de pastos". A Itália é um país da Europa que se destaca no mapa por seu formato de bota. ... a capital da Itália, Roma, foi o centro de um dos maiores impérios da história.

3. A história da receita

A Pizza

A história da pizza começou com os egípcios. Acredita-se que eles foram os primeiros a misturar



farinha com água. Outros afirmam que os primeiros foram os gregos, que faziam massas a base de

farinha de trigo, arroz ou grão-de-bico e as assavam em tijolos quentes. A novidade foi parar na Etrúria, na Itália.

A pizza ou piza, como se escreve em Portugal, hoje tão disseminada no território brasileiro, é atualmente um elemento fundamental da gastronomia italiana, mas este saboroso prato não nasceu na Itália, como muitos imaginam. Esta iguaria é elaborada com massa fermentada de farinha de trigo, banhada com molho de

tomates e revestida de produtos diversos, geralmente alguma espécie de queijo, carnes defumadas ou não, ervas e até legumes e doces, inclusive o próprio sorvete. Por último, um toque de orégano ou de manjeriço, e finalmente tudo é conduzido ao forno. Mas nem sempre ela foi assim.

A história da pizza tem início há pelo menos seis mil anos atrás, provavelmente entre os egípcios e os hebreus. Ela não era, é claro, como é conhecida hoje, mas apenas um delgado estrato de massa – farinha mesclada com água -, chamado na época de ‘pão de Abraão’, semelhante ao moderno pão sírio; era também conhecido como ‘piscea’, termo que futuramente derivaria para pizza. Outros estudiosos afirmam que ela era consumida pelos gregos, os quais produziam suas massas com farinha de trigo, arroz ou grão de bico, assando-as depois em tijolos ardentes.

Três séculos antes do nascimento de Cristo, os fenícios tinham o hábito de rechear seus pães com carne e cebola; os turcos muçulmanos mantinham a mesma tradição ao

longo da Era Medieval; assim, no intercâmbio de valores e elementos culturais entre povos distintos, durante as Cruzadas, esse costume desembarcou na Itália através do porto de Nápoles.

No começo da sua trajetória cultural, a pizza contava somente com o acréscimo de ervas da região e do tradicional azeite de oliva, comuns neste prato em seu formato convencional. Os italianos levaram a fama por adicionar o uso do tomate – recém-chegado da América pelas mãos dos espanhóis -, que se tornaria essencial na confecção desta iguaria. Restava à pizza conquistar seu formato definitivo, pois ainda era produzida como o atual calzone e o sanduíche, ou seja, dobrada ao meio.

Antes de se tornar famosa, a pizza era um prato elaborado para matar a fome dos pobres que habitavam o Sul da Itália. Chega então a Nápoles, já considerada a terra da pizza, o conhecimento da expressão 'picea', que tinha a conotação de um disco de massa assada, coberto com substâncias variadas. Os vendedores ambulantes adotaram esta receita para, com o uso de alimentos

baratos, nutrir os mais pobres. Geralmente esta massa vinha acompanhada de toucinho, peixes fritos e queijo.

Esta iguaria da gastronomia italiana foi amplamente difundida em meados do século XIX, em 1889, graças à habilidade do primeiro pizzaiolo da história, dom Raffaele Espósito, um padeiro de Nápoles a serviço do rei Umberto I e da rainha Margherita, a quem ele homenageia ao confeccionar uma pizza imitando as cores da bandeira italiana, branco, vermelho e verde, utilizando para isso mussarela, tomate e manjericão, produtos que lhe permitiam obter as colorações desejadas. A rainha apreciou tanto este prato que dom Raffaele decidiu batizá-la de Margherita.

A nova receita da pizza, em seu formato redondo, alcançou tamanha fama mundial que propiciou o nascimento da primeira pizzaria conhecida, a Port'Alba, 'point' onde artistas célebres, como o escritor Alexandre Dumas, se encontravam neste período.

A pizza desembarcou no Brasil através dos imigrantes italianos, celebrando o bairro paulistano do Brás, onde se concentrou grande parte deles na cidade de São Paulo. Até 1950 este prato se restringia mais aos círculos italianos, mas a partir deste momento ela se disseminou por todo o país, tornando-se logo um elemento cultural brasileiro. O dia da pizza começou a ser comemorado em 1985, sendo reservado para este fim o dia 10 de julho.

4- Hora da receita

Pizza

Ingredientes:

- 1 kg de farinha de trigo
- 30 g de fermento biológico
- 3 xícaras de água morna
- 3/4 xícaras de óleo
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (chá) de açúcar
- 1 colher (sopa) de pinga



Modo de preparar:

1. Misture o fermento, o sal e o açúcar em um pouco de água morna, até que o fermento esteja completamente dissolvido.
2. Em seguida, adicione metade da medida de farinha de trigo, o óleo e mexa até criar uma consistência pastosa.
3. Acrescente o restante da farinha de trigo, a pinga, a água morna e misture bem.
4. Assim que a massa desgrudar das mãos, deixe crescer por 30 minutos.
5. Abra os discos, fure a massa com um garfo e pincele o molho.
6. Leve ao forno médio (180° C), preaquecido, por 15 minutos



Informações Adicionais:

Uma dica: invista em uma pedra de mármore para assar pizza! Podendo ir ao forno de casa, ela faz com que a pizza

asse mais rápido e fique com a massa bem crocante, como se tivesse sido assada no forno de lenha!

Que tal uma pizza doce para adoçar seu dia? Tem pizza de sorvete, pizza de chocolate com morango, pizza romeu e julieta, pizza de banana com chocolate... são várias as combinações possíveis, invista!

Está de dieta, mas não resiste a uma pizza? Invista na pizza low carb! Existem várias opções de massas e recheios que são deliciosas e que não vão te tirar da dieta: tem pizza low carb com massa de couve-flor, pizza low carb feita com farinha de amêndoas e muitas outras opções.

Autores: Lais Hernanes, Laura Peres, Lorenzo da Silveira e Valter Dias.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

AFRICANA

1- A história de um povo...

Os povos africanos influenciados de berberes e bantu foram um dos primeiros grupos humanos a morarem no continente africano. Eles descobriram os mistérios que cercam o passado humano através de pesquisas sobre a origem dos primeiros povos da Terra é um desafio que instiga diversos pesquisadores. E também foram trazidos pelos portugueses a mão de obra escrava em navios de péssimas condições.

2- Localização geográfica

A África está localizada no hemisfério Sul, leste e oeste é banhado pelos oceanos atlântico e Índico.



3- *A história da receita*

Difundida no candomblé e ofertada para a orixá Iansã, a receita chegou ao Brasil vinda do Golfo do Benim, na África Ocidental, por imigrantes africanos na época da escravidão. A palavra acarajé se origina da língua africana iorubá: akará = bola de fogo e jé = comer, sendo assim, “comer bola de fogo”. Como foi criada no Brasil na época de escravidão ele é uma comida afro-brasileira.

4- *Hora da receita*

Acarajé

Ingredientes:

- 1 litro de azeite de dendê para fritar
- 1 colher (sobremesa) de sal



- 1 dente de alho
- 1 colher (chá) de gengibre ralado
- 300 g de cebola em pedaços
- 1 kg de feijão fradinho quebrado
- Camarão para Acarajé:
- 1 xícara (chá) de caldo de peixe ou de camarão
- coentro a gosto
- ½ xícara (chá) de azeite de dendê
- 100 g de camarão seco defumado sem cabeça
- 1 cebola picada em pedaços bem pequenos

Modo de preparar



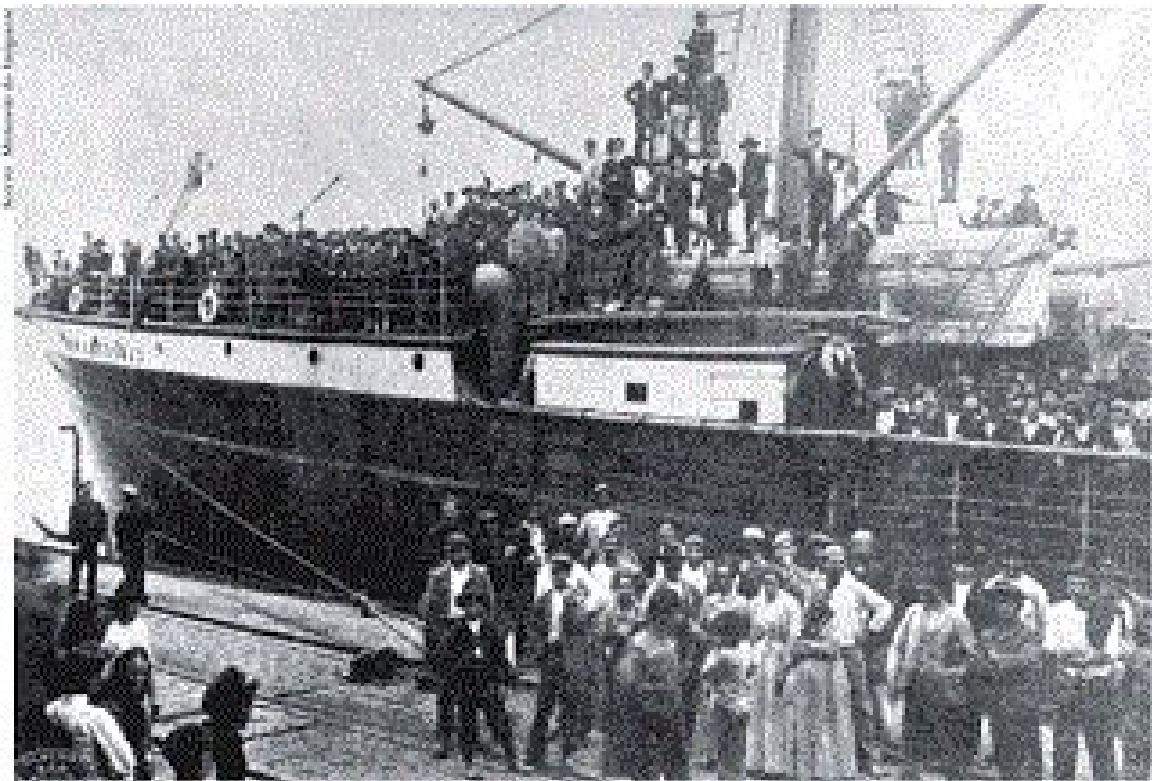
1. Numa bacia grande, coloque o feijão e lave várias vezes, até sair toda a casca. A seguir, deixe de molho por 3 horas. Escorra o feijão, coloque no liquidificador, junte a cebola, o gengibre, o alho e o sal e bata até obter uma pasta. Antes de fritar, bata novamente a pasta com uma colher, até ficar bem fofinha. Numa

panela grande, aqueça bem o azeite-de-dendê. Com a ajuda de duas colheres, molde os bolinhos e frite-os no azeite. Sirva-os recheados com camarão ou com recheios à parte. Camarão para acarajé: Numa panela, coloque todos os ingredientes e misture. Leve ao fogo e refogue por 3 minutos

Autores: Luis Felipe Brandão, Luize Cavalari, Lucas Montialli e Livia Corradi.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

PORTUGUESA



1- A história de um povo...

A Península Ibérica, onde se localiza Portugal, era habitada, em tempos



pré-históricos, pelos iberos, tribos originárias da região. A partir do século 10 a.C., povos celtas chegaram à península e se miscigenaram com a população local, dando origem aos chamados celtiberos.

Portugal foi fundado em 1143, ano da celebração do Tratado de Zamora. O Tratado, assinado entre D. Afonso Henriques, primeiro rei de Portugal, e Afonso VII de Leão e Castela, reconhece o estatuto jurídico de Portugal como reino independente.

Em 1498 Vasco da Gama descobriu o caminho marítimo para a Índia, e em 1500 Pedro Álvares Cabral chegou ao Brasil. Os portugueses chegaram ainda a Oman (1508), à Malásia (1511), a Timor (1512), à China (1513) e ao Japão (1543). Foi também um português, Fernão de

Magalhães, que planejou e comandou, entre 1519 e 1522, a primeira viagem de circunavegação do globo.

No dia 22 de abril de 1500 a frota comandada por Pedro Álvares Cabral chegou ao Brasil, batizado inicialmente de Vera Cruz pelos portugueses. Por um longo tempo foi usado o termo "descoberta do Brasil" em uma visão europeia. Entretanto, essas terras já eram habitadas por vários povos indígenas. Estima-se que cinco milhões de indígenas se espalhavam pelo litoral brasileiro nesse período. No dia da chegada de Cabral, os portugueses ancoraram no litoral sul de onde hoje está a Bahia. Antes de seguir viagem para a Índia, destino final da viagem, os navegantes permaneceriam no Brasil até o dia 2 de maio para tomar posse da terra em nome da Coroa Portuguesa e seguindo as determinações do Tratado de Tordesilhas. No dia da chegada dos portugueses, apenas três depoimentos ainda estão disponíveis atualmente. O mais detalhado deles é a "Carta de Achamento do Brasil", de Pero Vaz de Caminha, escrivão da armada.

BANDEIRA DE PORTUGAL



2- Localização geográfica

Portugal, oficialmente República Portuguesa, é um Estado da Europa Meridional, fundado em 1143, que ocupa uma área total de 92.212 Km². A parte continental situa-se no extremo Sudoeste da Península Ibérica, fazendo fronteira a norte e a leste com a Espanha, e a oeste e a sul com o Oceano Atlântico. O território português inclui ainda



duas regiões autónomas: os arquipélagos da Madeira e dos Açores, localizados no Oceano Atlântico. O arquipélago da Madeira é constituído pelas ilhas da Madeira, Porto Santo, Desertas e Selvagens, e o arquipélago dos Açores é formado por nove ilhas e alguns ilhéus: Santa Maria, São Miguel, Terceira, Graciosa, São Jorge, Pico, Faial, Flores e Corvo.

O clima português é caracterizado por invernos suaves e verões amenos, variando, no entanto, de região para região. No norte registam-se precipitações mais elevadas e temperaturas mais baixas, mas é no interior que se registam as maiores amplitudes térmicas. A sul do Tejo, o maior rio da Península Ibérica, fazem-se sentir as influências mediterrânicas, com verões bastante quentes e prolongados, e invernos curtos e de pouca pluviosidade. A Madeira regista um clima de tipo mediterrânico com temperaturas amenas todo o ano, enquanto os Açores apresentam um clima temperado marítimo com chuvas abundantes.

Portugal é um país com 10,6 milhões de habitantes (2011) e uma densidade demográfica de 115,4

habitantes/km², com uma maior concentração populacional junto à faixa litoral.

A capital de Portugal é Lisboa.

3- A história da receita

O transportar um peixe, que tem seu processo de decomposição acelerado devido a escassez de equipamentos apropriados de armazenamento?

A resposta está em um processo herdado dos vikings, que já consumiam a iguaria. Ao secá-lo Portugal e seus encantos: o país de nossos colonizadores possui uma das gastronomias mais famosas do mundo, e guarda muitos segredos.

As especiarias, que remontam a época do descobrimento, são a essência de uma culinária com personalidade forte. A posição geográfica e a proximidade do mar, ditam as regras dos principais ingredientes usados.

Os peixes e os frutos do mar são muito utilizados na culinária lusitana, e o soberano entre eles é sem sombra de dúvidas o bacalhau.

Uma curiosidade muito interessante em relação ao consumo de bacalhau é que o peixe não é encontrado nos

mares de Portugal e redondezas, sendo pescado em águas profundas e geladas da Noruega e ao norte do Canadá.

Acredita-se que o ingrediente começou a ficar popular entre os portugueses devido a descoberta da Terra Nova, atualmente Canadá. As grandes viagens marítimas, pelas quais Portugal se orgulha, seriam então as responsáveis pela vastidão de matéria-prima.

Mais tarde, os bascos inaugurariam o processo de salga que aumentava a duração do produto. Lá pelos anos 1000, o bacalhau já era encontrado curado, salgado e seco, como conhecemos hoje.

O bacalhau já foi durante muitos anos um produto popular da mesa de todo mundo, mas com a escassez de alimentos devido a Segunda Guerra Mundial, o preço aumentou e o tornou um produto para ocasiões especiais.

Para os portugueses, os maiores consumidores de bacalhau do mundo, o prato já foi muito popular e barato devido a uma operação controlada pelo estado em 1942.

O governo financiou navios e renovou a frota bacalhoeira para garantir um preço baixo para a população. Mas as rotinas de trabalho em que eram submetidos os pescadores era insalubre, logo encerrou-se o subsídio.

Na década de 60 então o governo decidiu liberar o processo de importação, o que fez com que os preços voltassem a

subir. O processo de importação encareceu o produto pois a regulação dos preços era feita pelos próprios fornecedores, que agora já não eram os pescadores portugueses.

Na época da páscoa o ingrediente é unanimidade. A igreja católica na Idade Média seguia um calendário rigoroso e seus seguidores deviam enfrentar dias de jejum mantendo-se afastados do consumo de carne.

Os dias de jejum eram muito maiores do que atualmente, o bacalhau era o rei desses períodos. A população cristã seguiu a preferência pelo consumo do bacalhau até os dias de hoje, e em todo o mundo o ingrediente é sinônimo de celebração e comunhão.

Seja na quarta de cinzas ou na sexta santa, os pratos com bacalhau continuam sendo preparados pelos que compactuam com a fé cristã. Costume esse, que como outras manifestações que envolvem cultura e alimentação falam muito sobre a história da humanidade.

4- Hora da receita

Bacalhau ao forno

Ingredientes:

- 500 g de bacalhau
- 3 cebolas em fatias
- 3 tomates sem pele cortados em fatias
- 6 batatas médias cortadas em rodelas
- 1 pimentão vermelho cortado em rodelas
- salsinha picada
- 10 azeitonas verdes
- ½ xícara (chá) de azeite de oliva





Modo de preparar

Coloque o bacalhau em um recipiente, cubra com água e deixe de molho por 24 horas, dentro da geladeira. Durante esse período, troque a água várias vezes para eliminar o sal.

No dia seguinte, enxágue o bacalhau e coloque-o em uma panela com água suficiente para cobri-lo. Deixe ferver, tomando cuidado para que não amoleça demais. Em seguida, separe-o em nacos grandes. Cozinhe as batatas na mesma água em que foi cozido o bacalhau. Em um refratário de vidro, coloque os ingredientes por camadas. Salpique a salsinha, coloque as azeitonas e regue com azeite. Leve ao forno médio por 30 minutos.

Importante: o bacalhau deve ficar de molho por 24 horas, antes do início do preparo. Durante esse período, troque a água várias vezes para eliminar o sal.



Autores: Luis Guilherme, Magaly Tebar, Marina Borin e Miguel Barreira.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO

JAPONESA



1- história de um povo...

De acordo com a tradição mítica, o primeiro Imperador japonês teria sido Jimmu Tenno, fundador da dinastia japonesa em 600 a.C.. A primeira presença humana no Japão remonta ao Paleolítico Superior quando povos nômades caçadores-coletores chegaram às ilhas nipônicas através de ritmos. Os primeiros artefatos japoneses em pedra lascada datam dessa época, e as de pedra polida datam 30.000 a.C.. Em 1985 pesquisadores e cientistas realizaram estudos de monumentos megalíticos e submersos em Yonaguni, onde realizaram pesquisas para a sua datação. Chegaram à conclusão que os monumentos têm mais de 11.000 anos de idade.

2- Localização geográfica

O território japonês está localizado ao leste do continente eurasiático, na região denominada Nordeste Asiático ou Ásia Oriental. Está circundado pelo oceano Pacífico, pelo mar do Okhotsk, pelo mar do Japão e pelo mar da China Oriental.



3- A história da receita

TEMAKI DE SALMÃO

O rolinho tem a data de nascimento registrado : 1971 Ano, que surgiu a primeira filial de um fast-food em Tóquio, ou seja esta é a resposta japonesa ao hambúrguer.

O criador da comida, Takamasa Nakanori, de 74 anos, diz que decidiu criar o temaki porque o sushi tradicional havia se tornado caro e refinado.

4- Hora da receita

Temaki

Ingredientes:

- 3 e ½ xícaras (chá) de água (700 ML).



- 3 Xícaras (chá) de arroz tipo japonês (510 g).
- Meia xícara (chá) de vinagre de arroz.
- 2 e 1/2 colheres (sopa) de saquê culinário.
- 4 Colheres (sopa) de açúcar.
- Meia colher (chá) de sal.
- Um sachê de AJI-NO-MOTO (3 g).
- 400 g Salmão cortado em cubos pequenos.
- Meia embalagem de cream cheese (75 g).
- 3 Colheres (sopa) de cebolinha cortadas em rodelas.
- 5 Folhas de nori cortadas ao meio (alga marinha).

Modo de preparar



1. primeiro passo

Em uma panela grande, coloque a água e leve ao fogo alto para aquecer. Ao abrir a fervura, junte o arroz, mexa com cuidado e deixe cozinhar com a panela semitampada por 20 minutos, ou até a água começar a secar.

2. segundo passo

Abaixe o fogo e cozinhe por mais 7 minutos. Retire do fogo, tampe, cubra a panela com um pano de prato limpo e deixe descansar por 10 minutos. Transfira o arroz para uma tigela e reserve.

3. terceiro passo

Em uma panela média, coloque o vinagre, o saquê, o açúcar, o sal e o AJI-NO-MOTO, e leve ao fogo médio até levantar fervura. Retire do fogo, regue o arroz ainda quente, mexa cuidadosamente com uma espátula para que todo o arroz seja temperado e espere amornar.

4. quarto passo

Em uma tigela, coloque o salmão, o cream cheese e a cebolinha com isso misture.

5. quinto passo

Sobre o lado fosco a folha de nori, com o auxílio de uma colher ou espátula, espalhe o arroz até formar uma camada de aproximadamente 0,5 cm. Disponha o salmão e enrole em formato de cone pressionando a parte inferior. Repita o processo com os ingredientes restantes e sirva logo em seguida.

DICA: Se preferir, substitua o salmão por atum.

Autores: Laura Andrioti, Maria Luiza Duarte, Murilo Balbino e Rafael Vieira.

HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4º ano

NOV/2020

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