



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

Gabriela Chiarelli Santana de Castro

Flávia Luciana Miranda

Paula Bdine

Maria Regina Gimenez de Fávares

Coordenadora 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^{os} anos. Bom apetite!

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

ALEMÃ

A história de um povo

Os alemães chegaram ao Brasil ainda no reinado de Dom Pedro I, estabeleceram-se no Sul e Sudeste do país, a partir de 1824 fundaram a colônia alemã de São Leopoldo a partir de 1824 no Rio Grande do Sul, vieram para o Brasil a procura de uma vida melhor devido aos problemas sociais ocorridos na Europa, já que no Brasil havia fartura de terras.

A CULTURA ALEMÃ

O país tem uma variedade de religiões, costumes e tradições que compõem a rica cultura da **Alemanha**, conhecida por sua longa e farta história. Isso moldou uma cultura que combina literatura, arte, filosofia, lógica, razão e, é claro, um amor por cerveja e salsichas.

Tradições: Homenagens à cebola, carnaval de Colônia, entre outros, a Alemanha tem muitas festas diferentes, além da internacionalmente conhecida Oktoberfest.

Localização geográfica

O país é situado na Europa Ocidental, tem uma paisagem de florestas, rios, cordilheiras e praias do Mar do Norte. É um país antigo, com mais de 2 milênios de história. Berlim é a capital. Munique é conhecida pela Oktoberfest e Frankfurt abriga o Banco Central Europeu. O território da Alemanha abrange 357 021 quilômetros quadrados e é influenciado por

um clima temperado sazonal. Com 82,8 milhões de habitantes.

A história da receita

Curiosidades:

Algumas comidas que adoram comer: Brezel, o pão diferentão alemão, Salsichas de várias cores e sabores. Currywurst, a salsicha típica de Berlim, Wurstsalat, a salada de salsicha, Königsberger Klopse, a almôndega alemã, entre outros.

Hora da receita

Brezel

Brezel é um tipo de **pão** muito popular entre as populações de **língua alemã**, sendo portanto bastante difundido na **Alemanha**, **Áustria**, **Suíça** e também nas regiões da **Alsácia (França)** e do **Alto Adige (Itália)**. Em forma de nó, é seco, estaladiço, habitualmente assado, podendo ser doce ou salgado.



Ingredientes:

Ingredientes necessários para fazer Pretzel:

- 315g de farinha de trigo
- 170ml de água
- 1 colher de chá de sal
- 1 colher de chá de fermento biológico seco
- 15g de manteiga (derretida)
- 1 colher de chá de açúcar mascavo
- 40g de bicarbonato de sódio
- Sal grosso a gosto

Modo de preparar:

O primeiro passo é “acordar o fermento” misturando com água levemente morna e o açúcar; química

– Deixe esta mistura descansando e crescendo por 5 minutos; química

– Após os 5 minutos, junte na vasilha o sal, a manteiga e a farinha, todos peneirados; química

– Misture bem tudo, sove bem e deixe crescer por 1h; química

– Depois de 1h sove a massa ainda mais e deixe ela descansar mais 1h; química

– Abra a massa e corte em 9 pedaços; física

– Faça cordões o mais fino possíveis com os pedaços da massa e molde eles no formato clássico do Brezel; física

- Em uma vasilha, coloque o bicarbonato e meio litro de água; química
- Mergulhe cada um dos BREZEL nesta água e retire, colocando em uma grade para que a água escorra; física
- Espalhe sal grosso a gosto; química
- Disponha o BREZEL em uma forma e coloque em forno pré-aquecido em 200 graus por 15/20 minutos ou até ficar dourado. química

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO PORTUGUESA

A história de um povo

Portugal

No processo de colonização do Brasil, no ano de 1500, durante o século XV, os primeiros portugueses e o navegador Pedro Álvares Cabral, chegaram ao chamado “Novo Mundo” (América), em busca de Pau Brasil.

Durante a colonização, a escravidão foi se tornando uma atividade mais frequente e popular. No dia 7 de setembro de 1822, Dom Pedro I decretou e proclamou a Independência do Brasil em Portugal, para que os escravos pudessem ser livres. Para poder continuar a mão de obra no Brasil, entre 1890 e 1929, os Portugueses convidaram imigrantes de diversos continentes para trabalhar no Brasil com propagandas enganosas e quando os imigrantes chegaram no local não era como o esperado e combinado.

Localização geográfica

- Portugal é um país no sul da Europa que é banhado pelo Oceano Atlântico e faz fronteira com Espanha,



(o país europeu com as fronteiras mais antigas, construídas entre os rios Minho e Douro, pelo condado Portucalense.)



a temperatura média anual em Portugal continental varia dos 4 °C no interior norte montanhoso até 18 °C no sul, na bacia do Guadiana.

Em Portugal temos em volta de 10,28 milhões de habitantes.

A história da receita

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.

A hora da receita

BACALHAU À PORTUGUESA

Ingredientes:

- kg de bacalhau dessalgado em pedaços médios
- 500g de batatas laminadas
- 3 unidades médias de cebola
- 3 unidades de pimentão (um de cada cor)
- 5 unidades de tomates sem pele cortados em fatias
- 110g de azeitonas pretas
- 4 unidades de ovos cozidos cortados ao meio
- Cheiro-verde a gosto
- 1 ramo de tomilho
- Azeite de oliva extravirgem a gosto"



Modo de preparar:

1. Em uma tigela refratária, disponha as batatas como escamas, fazendo camadas de bacalhau, pimentões, tomates e cebolas, aleatoriamente, até acabarem os ingredientes.
2. Finalize a montagem colocando os pimentões e as azeitonas.
3. Regue com o azeite extravirgem e coloque para assar por 30 minutos em fogo alto.

4. Depois de assado, salpique o cheiro-verde e componha a montagem com os ovos.

Sirva acompanhado de arroz branco e sirva 2 bacalhaus no mesmo prato.

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

ESPAÑHOL

A história de um povo

O povo espanhol é uma mistura dos povos indígenas da península com os que foram conquistando sucessivamente o seu território: os romanos, um povo mediterrâneo; os suevos, os vândalos e os visigodos, povos germânicos, e elementos semíticos, em especial de origem árabe e judaica. Os ciganos formam uma importante etnia

Localização geográfica

Localizada na península Ibérica, a Espanha limita-se a oeste com Portugal e ao norte com a França e Andorra, além de ser banhada pelo oceano Atlântico e pelo mar Mediterrâneo. O país também possui territórios no

Mediterrâneo (Ilhas Baleares), no Atlântico (Ilhas Canárias), na África (enclaves de Ceuta e Melilla), na França (Llívia), além de várias ilhotas próximas ao continente africano.



➤ A história da receita

De onde vem o gazpacho?

O gazpacho é uma sopa fria típica da Espanha ,a primeira chamada de ají blanco (ou alho blanco)vem da Málaga .

Hora da receita

Gazpacho

ingredientes :

- Meio quilo de tomate sem pele, sem sementes, picado
- 1 pepino descascado e picado
- 1 pimentão verde sem sementes e picado
- 1 pimentão vermelho sem pele, sem sementes e picado
- 1 cebola pequena
- 1 dente de alho picado
- 2 colheres (sopa) de azeite
- 1 colher (sopa) de vinagre
- 3 xícaras (chá) de suco de tomate
- 3 colheres (chá) de maggi fondor

Modo de preparo:

Em um liquidificador coloque todos os ingredientes da sopa e bata até ficar macio. Coloque numa sopeira com tampa e leve à geladeira por cerca de 2 horas. Enquanto isso, coloque os cubinhos de pães em uma assadeira, tempere com azeite, alho e fondor maggi e leve ao forno médio (180°C). até dourar. Sirva a sopa com os cubinhos de pão e, se quiser, junte cubinhos de gelo.

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

LIBANESA

➤ A história de um povo

A imigração Libanesa

O século XIX na Síria e no Líbano foi de declínio econômico e miséria. ... Segundo relatos de informantes, os primeiros sírios e libaneses vieram para o Brasil porque não conseguiram visto de entrada para os Estados Unidos, devido ao seu estado de saúde ou analfabetismo.

➤ Localização geográfica

O Líbano fica na ásia líbano, a comida de lá e muito gostosa, o Líbano faz ligação entre o Oriente e o Ocidente. Seu território limita-se com Israel, Síria e palestina além de ser banhado pelo Mar Mediterrâneo. O Líbano é uma nação com grande valor histórico.



Lá é um lugar muito bonito e legal.

➤ A história da receita

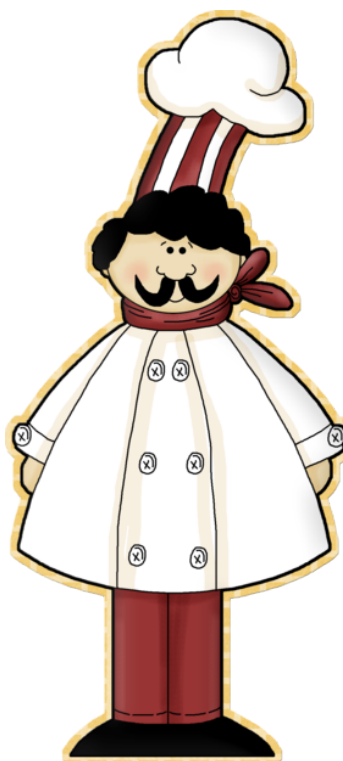
O nome deriva de quibe que em árabe significa bola. É um prato muito popular e considerado o prato nacional no Líbano, Palestina, Síria e Iraque. ... O quibe com a carne e a mistura de tabule, sem a massa (crosta), pode ser servido cru, chamado kibbe nayyar, típico do Líbano, Síria e Iraque, acompanhado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

➤ Hora da receita

Quibe

Ingredientes:

- 500 gramas de trigo
- 500 gramas de carne moída
- 1 litro de água fervente
- 1 cebola grande, cortada finamente
- 4 dentes de alho picados finamente



Modo de preparar:



Pegue a carne, faça uma bolinha com a mão, coloque em uma forma e coloca ao forno.

Os ingredientes passam por uma transformação física, já o modo de preparo passa por uma transformação química, pois leva a receita ao forno e muda a: Consistência, cor, cheiro, gosto e altera nas substâncias da receita.

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

ITALIANA

➤ A história de um povo

Os italianos são famosos por suas artes e suas culinárias, os italianos são a mistura de vários povos, a principal religião italiana é a religião católica e os italianos também seguem judaísmo, protestantismo entre outras.

➤ Localização geográfica

A Itália é um país europeu localizado no sul do continente, seu território é banhado pelo mar mediterrâneo, limita-se ao norte com a Suíça, Áustria e Eslovênia, e a noroeste, com França, e sua capital é Roma.



➤ A história da receita

A história da pizza tem início há pelo menos seis mil anos atrás, provavelmente entre os egípcios e os hebreus. Ela não era como é conhecida hoje, mas era 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. E hoje em dia a pizza é tradicional e famosa na Itália e é geralmente comido com sabor de pepperoni.

➤ Hora da receita

Pizza italiana

Ingredientes:

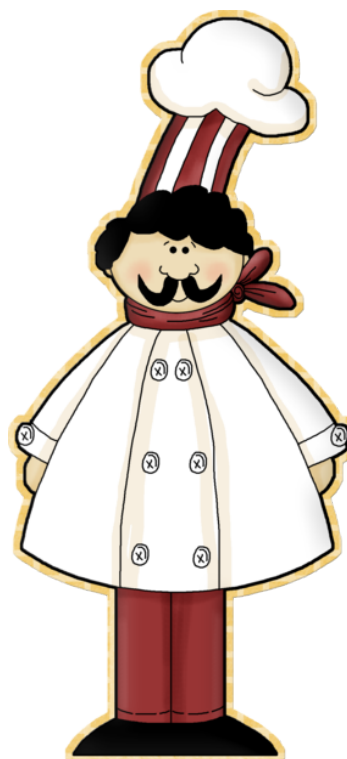
1 kg de farinha

500 a 650 ml de água

30 ml de azeite de oliva

10 g de fermento

30 g de sal



Modo de preparar:



1 – Coloque na vasilha a farinha e o sal. Misture bem.

2 – Adicione a água. Como vai ser a primeira vez que você irá fazer esta receita de pizza italiana, use inicialmente 500 ml de água e se precisar adicione mais aos poucos. Assim você vai conhecendo a sua farinha.

3 – Misture manualmente a massa ou coloque na batedeira. Use o gancho específicos para massas (qualquer outro encaixe vai deixar sua massa ruim).

4 – Em um balcão limpo, polvilhe farinha e coloque a massa de pizza. Comece a sovar devagar para que a farinha vá se juntando. Empurre e puxe para o centro.

5 – Depois que a massa ficar bem homogênea, lave as mãos e, com o restinho da água da mão, passe em cima da massa. Coloque um pano por cima e deixe descansar por 30 minutos. Esse processo se chama autólise.

6 – Faça um buraco na massa e coloque o azeite. Misture bem.

7 – Adicione o fermento aos poucos e misture.

8 – Sove novamente a massa no balcão e deixe a massa descansar por 20 min. Esse processo se chama fermentação.

9 – Agora chegou a hora de dividir a massa em 6 partes de 250 a 280 g. Use uma faca para cortar a massa. NUNCA RASGUE!

10 – Separe uma parte e sove na mesa, fazendo um rolinho. Depois achate e pegue uma parte, esticando para frente e trazendo para o centro novamente. Isso vai mudar a textura da massa.

11 – Faça um bolinho com essa massa e guarde dentro de recipientes com tampa. Precisa ser um pouco maior que a massa, pois ela ainda irá crescer.

12 – Deixe descansar por 24h.

NO DIA SEGUINTE

13 – Tire da geladeira uns 40 minutos antes de abrir a sua pizza italiana.

14 – Pré aqueça o forno na temperatura máxima que conseguir.

15 – Em um balcão limpo, polvilhe farinha e coloque a massa em seu centro. Com o punho abra um buraco e comece a abrir a massa com as duas mãos, girando para o lado e alternando.

16 – Levante um pouco a massa do balcão e estique delicadamente as bordas (que provavelmente estão mais grossas, enquanto o meio está fino).

17 – Em uma travessa, polvilhe um pouco de semolina (farinha de fubá ou polenta) para manter a massa sequinha. Aí coloque a sua massa e os ingredientes que quiser!

Sabores que mais gostamos da pizza:

Corn Bacon: molho de tomate, queijo, bacon e milho



Margherita: molho

de tomate e mussarela italiana ou de búfala. Depois de assada adicione folhas de manjericão.

18 – Deixe assar por 5 a 7 minutos dependendo da potência do forno.

19 – Coloque a pizza italiana em uma tábua e corte em 6 ou 8 pedaços.

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

AFRICANA

➤ A história de um povo africanos

A partir de 1550 milhares de homens e mulheres africanos foram trazidos para a América do sul e obrigados a trabalhar como escravos, ou seja, a diáspora africana. Essas pessoas vieram forçadas para serem escravas aqui no Brasil.

Os africanos vieram de vários países da África como Guiné - Bissau, Costa do Marfim, Gana, Nigéria, Congo, Guiné, Angola e República Democrática do Congo.

Ao chegarem ao Brasil os negros africanos tiveram que trabalhar muito, foram divididos entre si, escravizados e vendidos como mercadoria.

Localização geográfica

A África está localizada no continente africano e é banhada pelo Oceano Atlântico e Oceano Índico. Na África do Sul está localizado o safári, lá tem vários animais como o impala, abutre, girafa, leão, zebra, elefante e outros.



➤ A história da receita

O cuscuz é um prato originalmente africano, mais precisamente da região do Magrebe. Essa região compreende a Tunísia, Marrocos e Argélia. No Brasil esse prato é conhecido como cuscuz paulista.

➤ Hora da receita

Cuscuz Paulista

Ingredientes:

- 1/2 xícara de (chá) de azeite
- 1 cebola picada
- Uma lata ou caixa de molho de tomate
- 2 latas de água
- 1 lata de ervilha
- Uma lata de milho verde
- Um pimentão
- 2 latas de sardinha ou atum
- Cheiro verde a gosto
- Sal e temperos a gosto
- Um tablete de caldo de legumes ou do seu sabor favorito
- 3 xícaras de farinha de milho grossa
- 3 ovos cozidos
- Tomate para decorar





Modo de preparar:

1- Refogue o azeite, a cebola, o pimentão, as azeitonas, a ervilha, o milho verde, o molho de tomate, o cheiro verde, a sardinha ou atum, os temperos e o tablete de caldo.

2-Coloque a água, deixe ferver, coloque a farinha de milho e cozinhe.

3-Unte a forma com azeite, e coloque os ovos, os tomates e a sardinha ou atum por baixo.

4-Coloque a massa na forma, deixe esfriar, desenforme e sirva - se.

HERANÇA DA IMIGRAÇÃO

JAPONESA

➤ A história de um povo

Japão

IMIGRAÇÃO DOS JAPONESES PARA O BRASIL

A vinda de imigrantes japoneses para o Brasil foi motivada por interesses dos dois países: o Brasil necessitava de mão-de-obra para trabalhar nas fazendas de café, principalmente em São Paulo e no norte do Paraná, e o Japão precisava aliviar a tensão social no país, causada por seu alto índice demográfico.

Contribuição cultural do Japão para o Brasil

São contribuições culturais do Japão:

Os desenhos japoneses, religião budista bairro da liberdade um bairro tipicamente japonês na cidade de São Paulo; Beisebol; esporte difundido no Brasil graças aos japoneses; Bonsai (árvore em miniatura); Diversas contribuições na culinária; Cachorro da raça akita (cachorro japonês).

➤ Localização geográfica

O Japão é um país localizado no extremo oriente conhecido como ilhas: Kyushu, Honshu, Shikoku e Hokkaido, além de milhares de “terra do sol nascente”, seu território é constituído por um arquipélago de relevo acidentado. O arquipélago é formado por quatro importantes

pequenas ilhas. O Japão é habitado há pelo menos 10 mil anos. De acordo com a lenda,

o imperador Jimmu fundou o estado japonês em 660 a.C. No entanto, os registros históricos mostram que o país só se unificou por volta do final do século IV ou início do século V.

O Japão, país insular no Oceano Pacífico, tem cidades densas, palácios imperiais, parques nacionais montanhosos e milhares de santuários e templos. Os trens-bala Shinkansen conectam as principais ilhas: Kyushu (com as praias subtropicais de Okinawa), Honshu (onde ficam Tóquio e a sede do memorial da bomba atômica de Hiroshima) e Hokkaido (famosa como destino para a prática de esqui).



➤ A história da receita

Sushi

O sushi é um prato milenar e surgiu primeiro nos países do sudeste asiático, na região próxima da Malásia e Tailândia. E



então foi para a China, por volta do ano 200 a.C. No Japão, as primeiras evidências. Tóquio, a capital, é conhecida por seus arranha-céus e lojas e pela cultura pop. dessa iguaria foram registradas no ano 700 d.C. A diáspora japonesa forneceu uma porta de entrada para a influência cultural japonesa no Brasil que se destaca na tecnologia agrícola, culinária, mas também em esportes tais como: aikidô, caratê, jiu-jitsu, kendo,, judô, sumô..

➤ Hora da receita SUSHI

Ingredientes:

ARROZ:

- 2 xícaras de arroz japonês
- 2 xícaras de água

TEMPERO PARA O ARROZ:

- ½ xícara de vinagre japonês para sushi
- 1 e ½ xícaras de açúcar
- ½ colher (café) de realçador de sabor

SUSHI DE VERDURAS:

- 1 xícara de água
- ¾ xícara de açúcar
- ¼ de xícara de shoyu
- 1 saquinho de tempero a base de peixe bonito
- 1 cenoura cortada em tiras
- 15 vagem
- Gengibre em tiras



pixers

MONTAGEM:

- 1 pacote de nori (algas)



Modo de preparar:

1. Deixe o arroz de molho por 30 minutos, depois lave bem até a água ficar cristalina.
2. Coloque no fogo com tampa até secar e ficar bem inchado
3. Misture o vinagre o sal e açúcar, até dissolver bem.
4. Coloque o arroz ainda quente em uma bacia plástica e vá despejando devagar a mistura de vinagre mexendo com movimentos rápidos
5. Coloque a esteirinha de frente para você e disponha uma folha de alga sobre ela, deixando um espaço livre de um centímetro, nas extremidades da esteira.
6. Isso permite que você enrole melhor.
7. Vá pegando pequenas porções de arroz e espalhando sobre a alga.
8. Coloque sobre o arroz, fatias kani e umas tirinhas de pepino e manga e um pouquinho de raiz forte
9. Enrole apertando com cuidado para dar um formato uniforme e firme.
10. Corte os sushis com 1,5 cm de altura.



HERANÇAS DA IMIGRAÇÃO



Alunos do Ensino Fundamental do 4^o ano

NOV/2020

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