

# Artesanato e Receitas da Comunidade de São Pedro de Cima.



Artesão: Sérgio e Sr. Vico

Atualmente lidamos cada vez mais com o mundo dos produtos industrializados, ou seja, tudo aquilo que é produzido pelas fábricas. Caneta, escova de dente ou uma lâmpada, por exemplo, só foram incorporadas à nossa vida cotidiana muito recentemente e graças ao desenvolvimento industrial.



Fogão a lenha na casa do **Sr. Antônio e Laudeci**

Este mundo industrializado é muito novo na história da humanidade e no Brasil é ainda mais recente. Primeiramente a Revolução Industrial aconteceu na Europa, que exportavam seus produtos para os outros países do mundo. Somente no final do século XIX que se iniciou o processo de industrialização no Brasil com as fábricas têxteis, ou seja, na fabricação de tecidos. Antes, tudo o que se produzia era através do artesanato.



Artesão: **Sr. Raimundo e Marlene**

A indústria é a atividade de produzir bens, através do trabalho humano e de máquinas, a partir do que chamamos de matéria prima, que nada mais é que um material que servirá de base para fabricação de novos produtos. Assim como os fios do algodão, do linho, do cânhamo ou do sisal é possível confeccionar tecidos através das máquinas. Por outro lado o artesanato ainda é uma importante atividade que está diretamente ligado à cultura de um lugar e aos seus artesãos.

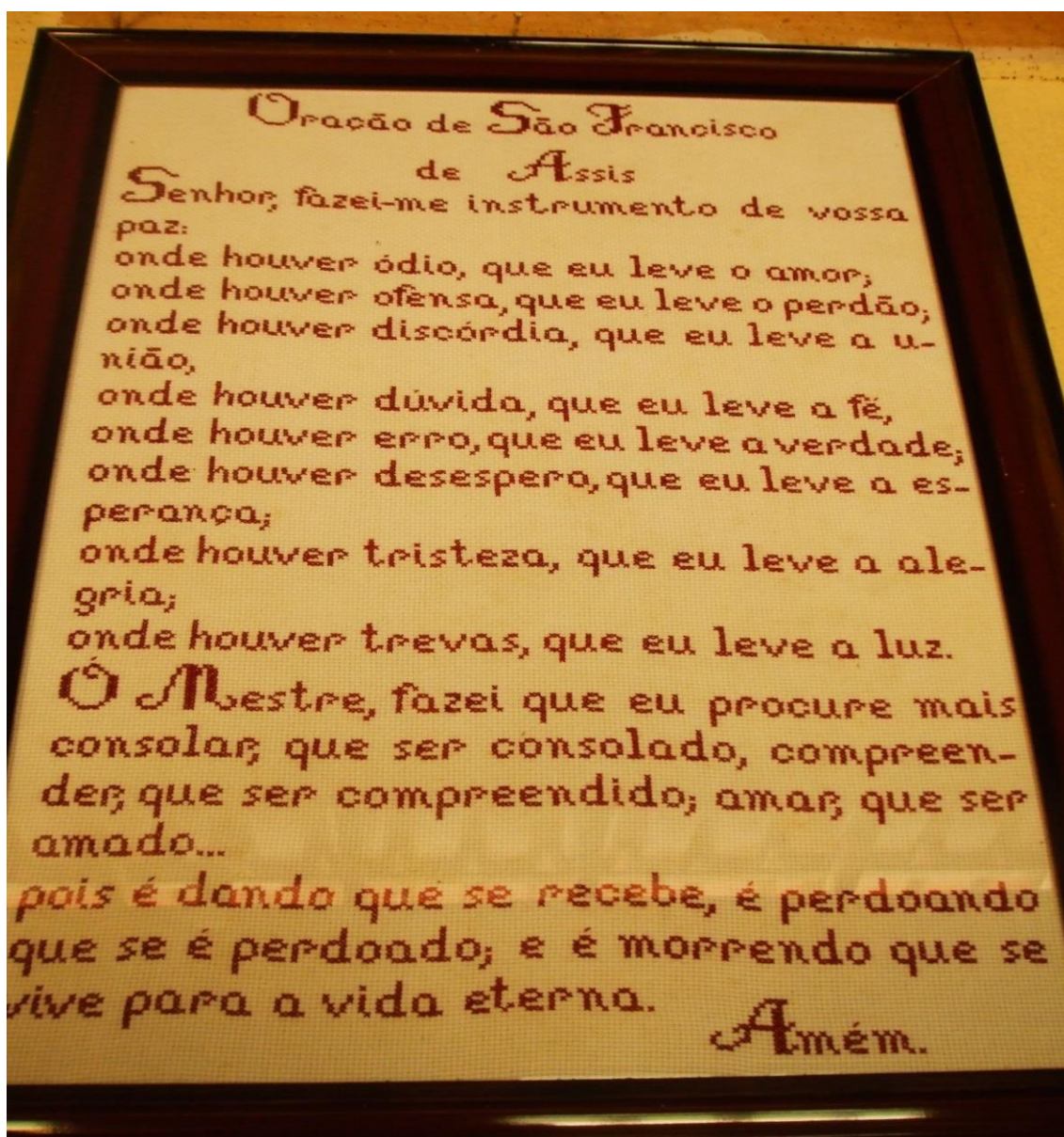


Artesã: **Maria Albergaria**

Na indústria, existem aqueles que são os donos dos meios de produção e se beneficiam das vendas e dos lucros obtidos. A essa classe de pessoas chamamos de burguesia. Por outro lado, existem aqueles que trabalham ao longo de cada etapa da produção, exercendo seu ofício em troca de um salário, estes constituem a classe do operariado.



In: [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/71/Wolfsburg\\_VW-Werk.jpg](http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/71/Wolfsburg_VW-Werk.jpg)



Artesã: Evani Carolina

Mas muito antes da indústria ser criada já desde os primórdios da humanidade o homem precisou ele mesmo construir suas ferramentas para o trabalho, suas vestimentas e seus objetos domésticos, em especial aqueles que darão suporte a alimentação e, também, aos rituais de festa, religião ou funerais.



Artesão: Aécio

Estas atividades baseadas na construção manual ou com auxílio de ferramentas, acompanham os povos humanos garantindo sua sobrevivência até os dias de hoje. Observamos isto mais facilmente, no caso dos agricultores, dos artistas, de alguns trabalhadores urbanos e, principalmente, dos grupos indígenas e quilombolas. A essas construções manuais chamamos de artesanato e as pessoas que planejam, selecionam materiais e ferramentas, e constroem com suas próprias mãos, são chamadas de artesãos.



Artesão: **José Geraldo**

O artesanato inclui também o talento artístico, por isto cada vez mais pode ser uma atividade de reconhecido valor, onde aqueles que produzem com um diferencial de arte e desenho (design) entram para história das artes. Mestre Vitalino, artesão ceramista de Pernambuco e o Aleijadinho em Minas Gerais, responsável pela produção artística dos santos e esculturas das igrejas mineiras, são exemplos disso.



## Mestre Vitalino.



In: <http://www.encyclopediaordeste.com.br/nova463.php>

## Aleijadinho:



In: [http://pt.wikipedia.org/wiki/Escultura\\_do\\_Brasil](http://pt.wikipedia.org/wiki/Escultura_do_Brasil)

Uma característica fundamental da atividade do artesanato é que ele se utiliza de bens naturais encontrados na região e bens oriundos das atividades econômicas realizadas nestes locais. Assim uma comunidade agrícola irá produzir artefatos para sua utilidade, a partir da natureza ou matéria prima que se encontra no lugar ou que pode se adquirir com facilidade e a baixo preço.



Autor: **Sr. Raimundo e Marlene**

Também é fundamental reconhecer o trabalho de produção de artesanato na decoração das casas, igrejas, escolas, cemitérios e no enfeite dos ambientes de encontro e festas da comunidade.



Artesão: **Aécio**

As artes manuais desenvolvidas também são um importante exemplo de artesanato como os bordados, o tricô, o crochê, o macramê e tantas outras técnicas e maneiras de fiar manualmente que se desenvolveram nas comunidades do Brasil e do mundo. Produzindo e decorando objetos, os artesãos da Comunidade de São Pedro de Cima, repassam a harmonia e beleza da vida no campo, através dos utensílios do dia a dia.



Artesã: **Ivanete**

Em São Pedro de Cima encontramos uma significativa produção de artesanato, reconhecida não só pelo talento, mas fundamentalmente pelo orgulho e pelo carinho que a comunidade tem para consigo mesma.



Artesão/artesã: **Aécio e Regina**

Partindo de materiais disponíveis na região, transformando a natureza em objetos úteis e belos, o artesanato em São Pedro de Cima é um diferencial da vida social e econômica da comunidade e que deve ser sempre incentivado e valorizado.



Artesão: **José Geraldo**

## Receitas de Comer e de Cura.

Se o artesanato nos revela a relação das atividades humanas com a natureza através do trabalho, as receitas não são diferentes. Receitas de comer, de beber ou de cheirar fazem parte da história de uma comunidade, pois passando de pais e mães para filhos e filhas, ajudam ao povo da comunidade em suas tarefas. Seja na alimentação que dá forças aos homens e mulheres na realização dos afazeres do dia a dia que mantém a vida dos trabalhadores, na cura e prevenção de doenças, nos momentos de diversão e lazer ou durante os rituais religiosos.



Artesão: **Sr. Raimundo e Marlene**



A culinária é a arte de cozinhar. E cozinhar é uma atividade que de imediato atende a nossa sobrevivência, mas revela toda a criatividade capaz e presente na comunidade, basta perceber as inúmeras possibilidades de receitas e comidas que podemos fazer com os mesmos ingredientes. Aí é que entra a sensibilidade. A curiosidade e a sabedoria do povo que descobre nos sabores e nas receitas as substâncias que alimentam, curam ou dão prazer. Isto é, do conhecimento transmitido de geração para geração. Plantas, ervas, água e o fogo vão constituindo o acervo de tradições culinárias, médicas e farmacêuticas de uma comunidade rural.

Na história da culinária – do leite condensado ao microondas - é possível identificar todas as mudanças que vem acontecendo na nossa comunidade. Mesmo com tantas inovações, a tradição das receitas e dos remédios se mantém, pois sua permanência é garantida pela qualidade da alimentação, pelo prazer de seus sabores e pela eficiência de sua cura.

O encontro para repartir a comida é um ato de celebração e comunhão, presentes inclusive na religião. Comemos para nos manter vivos, mas comemos igualmente por prazer de compartilhar um momento junto à família e aos amigos. E não há festa sem comida. Bom apetite! Saúde e prosperidade!



Artesão/artesã: **Aécio e Regina**

## **Bolinho de mandioca**

### Ingredientes:

- 500g de mandioca
- 1 ovo
- 2 colheres de sopa de manteiga
- salsinha e cebolinha picadas a gosto
- 1/2 xícara de farinha de trigo
- Uma colher média de sal
- Óleo para fritar

### Modo de preparo:

-Descasque e limpe a mandioca, reserve-a em um recipiente com água para não escurecer. Depois de picadas, ponha os pedaços para cozinhar em água com um pouco de sal, até que fique macia. Depois de cozinha esprema em outro recipiente.

-Para fazer os bolinhos deve-se acrescentar à massa ainda quente a manteiga, depois o ovo e a cebolinha e salsinha picadas, misture bem e acrescente farinha aos poucos até que forme uma massa macia e uniforme. Coloque o óleo para aquecer e faça bolinhos da massa, quando o óleo tiver quente coloque-os para fritar até ficarem douradinhos.

Autoria: **Ivanete e Elaine**

## **Doce de leite:**

### Ingredientes:

- 1 kg de açúcar
- 2 litros de leite
- Cidra (raspa) – opcional

### Modo de preparo:

- Coloca os dois ingredientes na panela. Após mexer, o ponto bom é quando o doce de leite começa a soltar da panela. Pode adicionar um pouco de cidra raspada.

Autoria: **Marlene**

## **Bolinho de Polvilho**

### Ingredientes:

- 500g de polvilho
- Sal a gosto
- 100 ml de óleo
- 200 ml de leite

### Modo de preparo:

-Escalde o polvilho no leite e o óleo fervendo junto com o sal, depois amasse a massa até que fique firme e homogênea, o ponto é quando a massa não estiver grudando nas mãos. Enrole comprido e frite no óleo não muito quente e tome cuidado com os espirros que podem queimar.

Autoria: **Sonia e Nazaré.**

## **Biscoito de Polvilho:**

### Ingredientes:

- 1 kg de polvilho
- óleo (colocar até a borda de um prato comum)
- água (colocar até a borda de um prato comum)
- sal
- 1 dúzia de ovos

### Modo de preparo:

- Colocar para ferver a água e o óleo adicionando o sal. Posteriormente, após estar fervido, despejar em uma bacia contendo o polvilho. Após a adição dos ovos, a massa que irá formar deverá ser mexida até esfriar.
- Após formar esta massa, pode colocá-la em uma sacola e fazer um furo de acordo com o tamanho desejado. Despejar na folha de bananeira ou na forma (untada).

Autoria: **Marlene**

## **Sabão de abacate:**

### Ingredientes:

- Lata de 18 litros de abacate
- 1,5 kg de soda
- 2 litros de sebo

### Modo de preparo:

- Abrir o abacate, tirar a casca e passar na peneira de café ou feijão.
- Jogar o sebo quente em cima do abacate misturado com a soda.
  - mexer durante 2 horas.
- Um tempo depois a massa endurece e corta o sabão de acordo com o tamanho.

Autoria: **Marlene**

## **Receita para diminuir varizes:**

### Ingredientes:

- 2 litros de água
- 1 kg de café maduro sem veneno (agrotóxico)
- 1 litro de vinagre

### Modo de preparo:

- Ferver o café na água, até que a quantidade de água chegue à metade. Depois que esfriar, misture o vinagre e deixe ferver por alguns minutos, depois coe e guarde em um recipiente limpo.
- Modo de usar: passar nas pernas antes de dormir.

Autoria: **Nazaré**

## **Sabão de fubá:**

### Ingredientes:

- 10 litros de água
- 4 kg de fermento
- barra de gordura, torresmo (moído ou ferver)
  - 2 kg de fubá
  - 1 kg de soda cáustica
- material de limpeza (opcional)

### Modo de preparo:

- 3 litros de água para o fubá
- bater o torresmo e a soda por cerca de 30 minutos
  - despejar em uma bandeja para cortar
- demora cerca de 3 horas para ficar pronto.

Autoria: **Ivanete**

## **Chá de Alevante:**

### Ingredientes:

- 3 galhos de alevante
  - água
- pedra de sal (opcional)

### Modo de preparo:

Colocar para ferver a água e despejar sob uma caneca a água quente. Posteriormente jogam os três galhos de alevante e abafa a caneca. Melhora a “espinhela caída”, a pessoa se sente mais leve.

Autoria: **Sr. Antônio e Sr<sup>a</sup> Laudeci**

### **Chá Santa Maria:**

- Tal como o chá de alevante, é o mesmo procedimento. Apenas adiciona a folha de santa Maria ao invés do alevante. É bom para evitar lombriga e melhora machucado nas pernas.

Autoria: **Sr° Antônio e Srª Laudeci**

### **Chá de Palma:**

#### Ingredientes:

- Palma
- café amargurado

#### Modo de preparo:

- Joga café amargurado na folha. Melhora dor de cabeça.

Autoria: **Sr° Antônio e Srª Laudeci**

### **Chá de Hortelã:**

Folhas de hortelã em água fervente.

Efeito cicatrizante

Autoria: **Ivanete**

### **Broa (5 pessoas):**

#### Ingredientes:

- 1 kg de fubá
- 1 rapadura
- 6 ovos
- 1 bicabornato (colher de chá)
- 2 conchas de gordura de porco ou de óleo
- cará ou inhame (500g) ralado ou batido (opcional)

#### Modo de preparo:

- Mexer no fogo todos estes ingredientes.
- Quando “corar” é sinal de que está bom.
- Despejar na bandeja ou na folha de bananeira

Autoria: **Marlene**

### **Pé-de-moleque (açúcar ou rapadura):**

#### Ingredientes:

- Amendoim
- Açúcar ou rapadura (melado)

#### Modo de preparo:

- Descascar o amendoim, catar ele e torrar na panela. Posteriormente colocar na peneira e esfregá-lo. Por fim, deixar esfriar e bater no liquidificador (se quiser ele moído. Se não, pode deixar o amendoim inteiro).
- A quantidade de amendoim tem que ser a mesma de açúcar ou rapadura (melado).
- Misturar no fogo os dois ingredientes. Quando a massa começa a soltar na panela é o ponto bom, para que não possa ficar muito duro o pé-de-moleque.
- Pode despejar na folha de bananeira ou em qualquer forma para deixar esfriar.

Autoria: **Marlene**

## **Ficha Técnica:**

Esta cartilha é resultado do projeto de extensão ECOMUSEU da Comunidade Quilombola de São Pedro de Cima do PROEXT 2012 Ministério da Educação e Universidade Federal de Juiz de Fora sob a coordenação da Prof.<sup>a</sup> Dra. Maria Lucia Pires Menezes.

Agradecemos a comunidade de São Pedro de Cima pela ajuda, trabalho e contribuição as atividades de nosso projeto e a boa acolhida a nossa presença na comunidade.

A equipe de pesquisa é formada pelos professores e pesquisadores:

Albert Milles de Souza

Carina Prata Borges

Daniel Estevão da Fonseca

Dayana Francisco Leopoldo

Guilherme Goretti Rodrigues

João Gabriel da Silva Carmo

Pâmela Martins Carvalho

Rafaela Alves

Vitor de Castro Moraes

Ministério da  
**Educação**

G O V E R N O F E D E R A L  
**BRASIL**  
P Á T R I A E D U C A D O R A

Programa de Extensão Universitária  
PROEXT 2012 – MEC/SESU



**LATUR**

Laboratório de Territorialidades Urbano-regionais



UNIVERSIDADE  
FEDERAL DE JUIZ DE FORA