

Bacalhau, um Marcador Simbólico da Identidade Alimentar Portuguesa: Um Olhar Sobre o Território de Trás-Os-Montes e Alto Douro

Cod, a Symbolic Marker of Portuguese Food Identity: A Look at the Trás-Os-Montes e Alto Douro Territory

Josefina Salvado

josefina.o.salvado@gmail.com

Doutorada em Turismo pela Universidade de Aveiro (UA). Bolseira de Pós-Doutoramento na UTAD – Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro e Investigadora da GOVCOPP (Unidade de Investigação em Governança, Competitividade e Políticas Públicas - UA)

Veronika Joukes

veronika@utad.pt

Doutorada em Ciências Sociais pela Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Professora Assistente do Departamento de Economia, Sociologia e Gestão da UTAD – Turismo. Investigadora do CETRAD

Resumo/ Abstract

O estudo da alimentação analisa todas as variáveis da existência humana, infiltrando-se nos diversos níveis da vida económica, social e cultural dos territórios. O objetivo deste trabalho é examinar a gastronomia tradicional de Trás-os-Montes e Alto Douro, através da análise dos pratos mais vendidos nos restaurantes e apresentar o bacalhau como um evidente marcador identitário da culinária regional. A estratégia de pesquisa ancorou-se na triangulação de fontes (receituário culinário século XX e 148 inquéritos por questionário) e dados (quantitativos e qualitativos), visando estudar a gastronomia servida nos restaurantes de Trás-os-Montes e Alto Douro, em diferentes perspetivas, e conseguindo uma explicação mais completa dos resultados. Os resultados mostraram uma predominância dos pratos de bacalhau nos cardápios, o que é condizente com as práticas culturais nacionais, revelando-se assim um poderoso marcador de identidade.

The food heritage considers all the human existence variables infiltrating inside of economic, social and cultural territories. This work intended to examine the Trás-os-Montes and Alto Douro traditional gastronomy, by analysing the best-selling dishes in local restaurants and presenting cod as an obvious marker of regional cuisine. The research strategy was anchored in a triangulation methodology of sources (culinary books and 148 surveys by questionnaire) and data (quantitative and qualitative), aiming to study the different perspectives of the Trás-os-Montes and Alto Douro gastronomy and also achieving a more complete explanation of the obtained outcomes. The results showed a predominance of cod in the menus, which is consistent with the cultural practices, being a powerful identity marker.

Palavras-chave: Bacalhau um marcador simbólico; patrimónios alimentares; identidade alimentar; Trás-os-Montes e Alto Douro

Código JEL: Z32, N9

Keywords: Cod a Cultural symbolic marker; Food heritage; Food identity; Trás-os-Montes e Alto Douro

JEL Code: Z32, N9

1. INTRODUÇÃO

“Se o homem não compreender as origens da sua subsistência em termos alimentares, ele não poderá compreender muitos aspetos essenciais da sua identidade cultural.”

Garrido (2003)

O estudo da alimentação analisa todas as variáveis da existência humana, infiltrando-se nos diversos níveis da vida económica, social e cultural dos territórios. Para Montanari (2006) a alimentação é cultura e Marcel Mauss (1968) refere-a como um facto social total complexo, sendo explicado pela junção de várias dimensões, históricas, sociais, económicas, religiosas, políticas, geográficas, artísticas e ideológicas, não sendo apenas um agente de manutenção da vida e da saúde.

Poulain (2002) explica o ato de comer como integrador de fatores fisiológicos, emocionais, simbólicos e socioculturais. Para uma explicitação da temática dos patrimónios alimentares associados ao bacalhau, e para o entendimento da sua posição estratégica no sistema de vida e dos simbolismos de índole material, social, ideológico e cultural na sociedade portuguesa, será realizado na secção 2 um enquadramento teórico. Sustentado na obra de Dias (1950) “Os Elementos Fundamentais da Cultura Portuguesa”, são destacados os marcadores simbólicos da identidade cultural e das memórias coletivas e sociais de Portugal, onde o mar representa um papel unificador da nação e a religiosidade das gentes uma ordem alimentar dominada pela alternância entre períodos sem restrições em matéria de prescrição alimentar, tempos de jejum e abstinência.

Na secção 3 detalham-se os objetivos do trabalho e a metodologia adotada. Pretende-se apresentar o bacalhau como um evidente marcador identitário da culinária da região de Trás-os-Montes e Alto Douro, utilizando uma metodologia de triangulação de fontes (escritas e *survey*) e de coleta de dados (quantitativas:

inquéritos por questionário e inventário de receituário culinário regional e qualitativas: análise de conteúdo de fontes escritas de receituário culinário). Justifica-se a estratégia metodológica com o pensamento de Denzin (1989) que definiu triangulação como a combinação de métodos usados para estudar os fenómenos em múltiplas perspetivas e diferentes ângulos e com os argumentos de Given (2008: 892) que apoia a combinação de métodos quantitativos e qualitativos na pesquisa em ciências sociais, pois “permite entender diferentes dimensões do tema estudado, fortalecendo os resultados obtidos e enriquecendo a sua interpretação”.

A secção 4 foca a gastronomia do bacalhau analisando vários livros de receitas culinárias desde o século XV ao século XX, de modo a construir um referencial histórico da cozinha tradicional portuguesa quanto ao alimento “bacalhau”, mostrando que a formação do gosto e as práticas culturais são determinadas em grande parte, pela aquisição e acumulação de capitais (cultural, social e económico) que se adquirem de processos socializadores e educativos vivenciados (Bourdieu, 1977).

Na secção 5 são tratados e analisados os dados dos inquéritos por questionário realizados em 148 restaurantes de Trás-os-Montes e Alto Douro. A secção 6 encerra o trabalho, concluindo que o bacalhau é um património alimentar identitário de Trás-os-Montes e Alto Douro, sendo o prato de peixe mais vendido (consumido), estando referido com grande destaque nas ementas dos restaurantes e no receituário culinário tradicional do século XX.

2. PORTUGAL: MARCADORES SIMBÓLICOS DA IDENTIDADE CULTURAL

“Nenhuma coisa pode ser nacional se não é popular”

Almeida Garrett, “Romanceiro e Cancioneiro Geral” (1843) in Ribeiro (2012)

O ponto de partida deste capítulo relaciona a alimentação com o conceito de cultura que Geertz (1926) considerou ser uma ciência interpretativa, com um papel importante na construção da vida coletiva das sociedades. Para conhecer os significados dos valores e das práticas sociais que cada grupo manifesta dentro da sociedade, há a necessidade de reconhecer marcadores simbólicos identitários e de heranças culturais, que podem ser históricos, sociais, económicos, religiosos, políticos, geográficos, artísticos, ideológicas.

A este respeito Dias (1950:1) menciona que “A herança cultural dum povo é fatalmente afetada por influências do exterior (aculturações) e por transformações de estrutura determinadas pela sua própria evolução. Além disso, todos nós conhecemos a diversidade cultural das várias regiões naturais da nação portuguesa, agravada ainda pelas diferenças culturais próprias dos estratos sociais que a formam (sic).” O mesmo autor enumera alguns marcadores culturais e identifica o perfil do carácter nacional (Quadro 1).

Quadro 1: Os elementos fundamentais da cultura Portuguesa

O território: A situação geográfica conferiu a missão de estreitar os laços entre os continentes e os homens. A situação geográfica contribuiu para o carácter expansivo da cultura portuguesa e o mar como unificador e estabilizador da Nação. O Atlântico e o estuário do Tejo atraíram as populações para o litoral, gerando um vácuo no interior. Portanto, a geografia faz a história.
A personalidade de um povo: A feição psíquica portuguesa é de um sonhador ativo, idealista, emotivo e imaginativo, a que não falta um fundo prático e realista. O Português é, sobretudo, profundamente humano e sensível, sem ser fraco. Não gosta de fazer sofrer e evita conflitos, mas, ferido no seu orgulho, pode ser violento e cruel; Possui um temperamento afetivo, amoroso e bondoso, onde o coração é a medida de todas as coisas.
A religiosidade: Os portugueses possuem uma forte crença no milagre e nas soluções milagrosas; a religião tem um cunho humano, acolhedor e tranquilo.
O improviso: A imaginação sonhadora, a antipatia pela limitação que a razão impõe e a crença milagreira levam-no com frequência a situações perigosas, de que se salva pela invulgar capacidade de improvisação de que é dotado. (...) Nesses momentos a sua inteligência viva, a enorme capacidade de adaptação a todas as circunstâncias e o jeito para tudo, permitem-lhe dominar as situações com êxito.
A adaptação: A capacidade de adaptação, a simpatia humana e o temperamento amoroso são a chave da colonização portuguesa. O Português assimilou adaptando-se. Nunca sentiu repugnância por outras raças e foi sempre relativamente tolerante com as culturas e religiões alheias.

Fonte: Resumido de Dias (1950:4-19).

Portanto, a cultura dá nexos aos diferentes sentidos da identidade, podendo, “em função das culturas, encarnar-se na nação ou na tribo, territorializar-se ou confundir-se com as estruturas comunitárias que, às vezes, anulam mesmo qualquer espacialização” (Amante, 2011:8). Sendo a cultura um determinante na escolha alimentar, a percepção da alteridade (ser diferente) é um ponto básico para entender a identidade. Por isso, os sistemas culinários constituem um espaço de inovação e de permanência, devendo ser considerados como de interesse relevante para a permanência e identidade da cultura portuguesa através do tempo.

No que respeita ao alimento “bacalhau”, o seu consumo está ancorado no legado judaico da sua história cristã e a algumas práticas do Antigo Testamento, que associavam a comida a festividades ou o jejum a formas de purificação e de obediência face a Deus (Albala, 2011:13-14). O cristianismo instituiu uma ordem alimentar dominada pela alternância entre períodos

sem restrições em matéria de prescrição alimentar (por exemplo no entrudo, “come-se de tudo”), mas em outros períodos são exigidos tempos de jejum (onde era apenas permitido tomar uma refeição) e períodos de abstinência (não sendo permitido consumir carne nem outros produtos de origem animal). Durante mais de um terço do ano não se podia comer carne. A igreja católica na época medieval mantinha esse rigoroso calendário de dias de jejum e abstinência, não se limitando ao período da Quaresma, a época do ano em que o bacalhau era “rei” à mesa das classes mais humildes. Este alimento enriqueceu uma dieta da população que era muito pobre e deficiente em proteína animal, apenas baseada em pão, hortaliças e legumes.

No entanto, o bacalhau não era alimento acessível a todos, pois segundo afirma Camacho (1927:130) o trabalhador rural, que era o mais pobre dos membros da sociedade, alimentava-se à base de pão e caldo, “alambazando-se uma ou duas vezes por semana com uma lasca de

bacalhau ou uma amostra de toucinho”, e reforçado por Álvaro Garrido (2004) como um alimento dos “mais remediados”.

Apenas nos finais do séc. XIX, o bacalhau assumirá um estatuto privilegiado na cozinha portuguesa, sendo “um dos pratos mais vulgares” (...) e “tem grande consumo entre todas as classes sociais” Basto (1925:177), integrando com frequência o receituário culinário e tornando-se num símbolo da própria identidade nacional, numa época marcada por um nacionalismo intenso à escala internacional. Será no século XX, através do Artigo 43.º da Lei N.º 13/85 que o Estado assume a proteção das artes culinárias como património imaterial, promovendo o respeito dos valores gerais da cultura e a defesa de identidade e memória coletiva portuguesa. É neste contexto que a cozinha tradicional em Portugal viu consagrada a sua importância associada à identidade nacional, na Resolução do Conselho de Ministros nº 96/2000:

“É hoje inquestionável que a identidade cultural dos povos, a par de bens corpóreos que testemunham o respetivo percurso civilizacional, integra ainda um vasto património intangível que, ao longo do tempo, vai revelando a sua particular visão da realidade. Entre estes modos de expressão cultural, muitas vezes sem suporte físico e mais vulneráveis do ponto de vista da respetiva preservação, mas contudo relevantes pelo contributo para a caracterização de certos aspetos de uma nação ou das partes que a compõem, figuram, entre outras, as artes culinárias. Entendida como o fruto de saberes tradicionais que atestam a própria evolução histórica e social do povo português, a gastronomia nacional integra pois o património intangível que cumpre salvaguardar e promover.”

Esta norma transmite a ideia de que os sabores e saberes tradicionais atestam o avanço histórico e social do povo português e que a gastronomia nacional (na qual o bacalhau joga um papel importante) integra o património intangível que cumpre salvaguardar e promover.

3. METODOLOGIA APLICADA.

Partindo da premissa de preservar e salvaguardar os Patrimónios Alimentares portugueses, surgiu a proposição de partida deste trabalho, que considera “o bacalhau um marcador simbólico da identidade cultural gastronómica de Portugal ao longo dos séculos, refletido pelo volume de consumo e pelo número de receitas praticadas na cozinha nacional”. De seguida foi

definido o território de investigação, tendo a escolha recaído sobre “Trás-os-Montes e Alto Douro” que é o *locus* da Plataforma de Inovação da Vinha e do Vinho – INNOVINE & WINE, e o agente financiador deste trabalho. Destes pressupostos surgem os seguintes objetivos:

- Apresentar o bacalhau como um evidente marcador identitário da cultura regional de Trás-os-Montes e Alto Douro (TMAD);
- Analisar os cardápios dos restaurantes (Tipo Tradicional);
- Identificar os pratos mais vendidos;
- Examinar o destaque atribuído ao bacalhau no receituário culinário português.

A metodologia adotada aplicou triangulação de métodos, fontes e dados, visando aumentar a credibilidade dos resultados obtidos com a pesquisa (conforme Ragin, 1994) e foi usada uma nomenclatura de repartição regional apoiada no conceito “províncias” segundo Girão (1938) que considerava 11 regiões: 01 – Entre Douro e Minho; 02 – Trás-os-Montes e Alto Douro; 03 – Beira Alta; 04 – Beira Litoral; 05 – Beira Baixa; 06 – Ribatejo; 07 – Estremadura; 08 – Alentejo; 09 – Algarve; 10 – Açores; 11 – Madeira.

Os métodos de análise de dados empregues foram quantitativos e qualitativos. Na aplicação dos primeiros, houve uma preocupação em observar padrões/tendências, testar a hipótese e obter um entendimento a nível macro a partir de uma metodologia dedutiva. Para tal, realizaram-se 148 inquéritos por questionário, embora aplicados em forma de entrevista, aos proprietários/gestores da restauração do território Trás-os-Montes (65 entrevistas; 44%) e Alto Douro (83 entrevistas; 56%) no período de 2-11-2018 a 26-02-2019, com a colaboração dos alunos da licenciatura de turismo da UTAD. A recolha e tratamento dos dados tiveram o apoio da aplicação survey123.arcgis.com. Em paralelo foi realizada a inventariação do receituário culinário por região e tipologia gastronómica de duas obras de referência da gastronomia tradicional portuguesa do século XX: “Cozinha Tradicional Portuguesa” de Maria de Lurdes Modesto (1ª edição Verbo - 1982) e “Tesouros da Cozinha Tradicional Portuguesa” de Cancellata de Abreu et al., (1ª Edição Selecções Reader’s Digest - 1984).

A escolha das fontes literárias seguiu a grelha de Albala (2012) que responde a 5 questões: quem escreveu, quando e onde foi publicado, qual o público-alvo e porque foi escrito. Nestas obras do século XX é clara a promoção da

cozinha familiar como símbolo de autenticidade da culinária nacional/regional (assentes em receitas ancestrais que resultaram da procura de conhecimento/investigação por parte dos autores), contrariando a prática de uma culinária internacional homogénea, monótona e não identitária do território.

Quanto aos segundos, os qualitativos, foi executada uma análise de conteúdo às duas obras supracitadas, averiguando a presença de receitas de bacalhau e aos menus de 148 restaurantes da Região de TMAD. A questão colocada no inquérito “Pode enumerar até 3 (três) pratos de peixe que mais vende no seu restaurante e que sejam da cozinha regional?” pretende validar se nos restaurantes de TMAD, o consumo de pratos de bacalhau se destaca nos menus de peixe. Esta observação qualitativa dos dados serviu para aprofundar o entendimento dos resultados quantitativos encontrados.

A combinação destes métodos ocorreu na fase de análise, visando observar o consumo de “bacalhau” não apenas fruto de um gosto alimentar resultante de hábitos culinários e de uma “socialização lenta que começa na infância” (Sobral & Rodrigues, 2013:623), mas também como um símbolo da construção da vida social portuguesa (Abel & Consiglieri, 1998).

4. RECEITUÁRIO DE BACALHAU – CRONOLOGIA DE ALGUNS LIVROS DE COZINHA DO SÉC. XV AO XX.

“O preparo da alimentação varia de país para país, e, no mesmo país, há variações regionais, - a ponto de se poder asseverar: dize-me o que comes, dir-te hei de que terra é...”

Basto, Cláudio (1925:176)

Na alimentação do povo português, o peixe tem a melhor parte entre os produtos de origem animal, com destaque para o bacalhau (*cod gadus morhua*), sendo “o seu primeiro consumidor mundial” (Dias et al. 2011:11 in Sobral & Rodrigues, 2013:623; Coimbra, 1958). Conforme referem Sobral & Rodrigues (2013:619) “O bacalhau possui um estatuto único na cozinha portuguesa, pois é ao mesmo tempo um alimento muito frequente no seu receituário e um símbolo da própria identidade”, desempenhando um

importante papel do ponto de vista económico, religioso, social, político e cultural (Abel & Consiglieri, 1998).

Pela análise de teor aos livros de receita dos séculos XIV a XIX (Quadro 2), o bacalhau não era muito utilizado pelos cozinheiros das classes privilegiadas, estando presente na alimentação dos pobres, nos mosteiros, hospitais e exercito (Consiglieri & Abel, 1999; Sobral & Rodrigues, 2013:622-627). Este facto pode ser confrontado pelo número reduzido de receitas de bacalhau em alguns livros de cozinha clássicos referidos no Quadro 2 e ainda revelado por uma carta datada de 20 de Setembro 1773 da mulher do Morgado de Mateus (Vila Real de Trás-os-Montes) para o marido (era governador de São Paulo) queixando-se de um familiar gostar apenas de comer carnes e que enjoava bacalhau, o único peixe que lá chegava (Belloto, 2007 in Sobral & Rodrigues, 2013:627).

Em Portugal o comércio e consumo de bacalhau principiam a ter predominância no séc. XIV, no reinado de D. Afonso IV. Como atividade económica, começa por ser um negócio privado dos pescadores de Viana do Castelo que diretamente se relacionavam com o Rei de Inglaterra (Amorim, 1987:102), tornando-se num valioso artigo de comércio e uma atividade rentável, com impactes na economia. Nesse período e no século XVI chegaram a estabelecer-se na Terra Nova colónias de pescadores, tendo “Mendo Trigozo (1803) e José Acúrsio das Neves (1830) (...) reivindicado a primazia na descoberta daqueles territórios do Canadá por navegadores portugueses” (in Sobral & Rodrigues, 2013:635). Esta pesca terá sido muito intensa até 1580, período da crise de sucessão que levou ao início da Dinastia Filipina e durou até 1640. Por efeito desta alteração política, os barcos portugueses eram vistos como inimigos de Inglaterra e França, o que obrigou à importação da quase totalidade das necessidades de consumo.

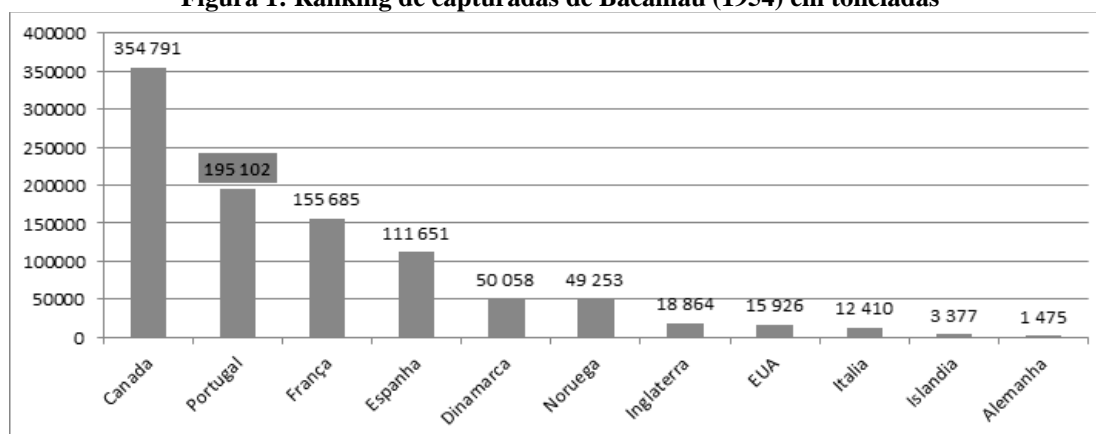
No século XX Portugal detém uma posição privilegiada na pesca, sendo em 1954 o 2º no ranking de capturas mundiais de bacalhau (Figura 1) com 195.102 toneladas logo a seguir ao Canadá, com relevo para Viana do Castelo, Leixões, Porto, Aveiro, Figueira da Foz e Lisboa, como portos importantes da pesca do bacalhau (Girão, 1958).

Quadro 2: Receituário de bacalhau em alguns livros de cozinha desde o séc. XV a XX

“Livro de cozinha da Infanta D. Maria” Sec XV: não integra receitas de bacalhau;
“As receitas de cozinha de um frade português Sec. XVI”: possui 1 receita de bacalhau cozido: receita 75 “Cação leitão e mais seco” (Barro, Anabela (2014);
“Arte da Cozinha”, de Domingos Rodrigues (1693): não tem receitas de bacalhau;
“Receitas de milhores doces e de alguns guizados particulares e remedios de conhecida experiencia que fes Francisco Borges Henriques para uso da sua caza. No anno de 1715 tem seo alfabeto no fim. [1715-1729]”: encontram-se 2 receitas de bacalhau (bacalhau de frigideira e um muolho para bacalhau);
O livro “Cozinheiro Moderno ou Nova Arte de Cozinha” de Lucas Rigaud (1999) incorpora 3 receitas de bacalhau (bacalhau à provençal; à bechamel e assado nas brasas);
“O cozinheiro Imperial” (1843:149) possui 3 receitas de bacalhau (bacalhau: à Provençal, à Bexamela, assado nas grelhas e por outros modos); RCM (1843);
No livro “Arte de cozinha” de João da Mata (1993) encontram-se 9 receitas de bacalhau (à provençal; recheado à Richeleu; de cebolada à diplomata; au gratin; à maître d’hotel; à chantilly; açorda com bacalhau; Pastelinhos fritos de bacalhau à holandesa; pastelinhos de bacalhau);
“O cozinheiro Imperial” (1887:191) mostra 14 receitas de bacalhau (bacalhau: à Provençal, à Bexamela, assado nas grelhas, ensopado, por outros modos, ensopado com quiabos, ensopado com camarões, vatapá de bacalhau, em almondegui-nhas ou bolos, bolos ou almondegas de bacalhau à brasileira, em pastel, de escabeche, com molho de avelãs, cozido à brasileira e à portuguesa);
“O Cozinheiro Completo ou Nova Arte de Cozinheiro e de Copeiro” do Visconde de Vilarinho de São Romão (1ª ed 1849) não possui receitas de bacalhau, referindo apenas “bolinho” ou “pastel”. Em 1841 no livro “Arte do Cozinheiro e do Copeiro” do mesmo autor, publica também o livro “Manual Prático da Cultura das Batatas”, mas a sua receita assemelha-se às nossas pataniscas;
O livro “Novissima arte de Cozinha” por um mestre de cozinha, (1889) possui 9 receitas de bacalhau (bacalhau à lisbo-nense, à la maître d’hotel, à provençal, au gratin, à Richeleu, à la reine, à espanhola, desfiado, a moda do porto e arroz de peixe com bacalhau).

Fonte: Produção própria com base nas fontes citadas.

Figura 1: Ranking de capturas de Bacalhau (1954) em toneladas



Fonte: Produção própria com dados de ICNAF statistical Bulletin, vol4 1954 in Silva (1957).

Segundo Coimbra (1958:3)

“Cotamo-nos, desde sempre, como um dos maiores consumidores mundiais de bacalhau salgado e seco e sabe-se como a estrutura e o nível de consumo de produtos alimentares, são fortemente influenciados pelas tradições. O mercado é analisado não apenas sob o aspeto da produção e consumo, mas os impactes na economia e ainda averiguar a posição do bacalhau salgado face aos produtos concorrentes na composição do regime alimentar”.

No entanto a distribuição do consumo de bacalhau *per capita* não era homogénea, variando os valores do interior para o litoral, das áreas agrícolas para as industriais e do campo para a

cidade (Coimbra,1958), justificada por Moutinho (1985) pelas desigualdades de rendimentos, que conduziam a hábitos de consumo diferenciados.

Considerando a campanha 1955/56 como referência, as regiões do litoral eram as que consumiam anualmente mais bacalhau: Minho (7,5 e 9,6 Kg per capita), Douro Litoral (17 Kg per capita), Estremadura (16,5 Kg per capita). As regiões onde se comia menos bacalhau eram as do interior, com exceção de Trás-os-Montes e Alto Douro (4,6 e 4,7 Kg per capita), onde o regular funcionamento do sistema de distribuição e o volume das disponibilidades foram elementos que influenciaram a estrutura dos regimes

alimentares e os níveis de consumo (Coimbra, 1958).

A fortalecer esta ideia, Capatti & Montanari (1999) argumentam que é da deslocalização dos bens alimentares em relação ao seu local de produção (pela via dos circuitos de comercialização) que nascem as identidades territoriais da alimentação.

Mas outros fatores (de índole política, económica e ideológica) podem reforçar o entendimento do bacalhau como marcador simbólico da identidade nacional, como foi o ocorrido no início do século XX, após a instauração da República (1910). Neste período inicia-se um movimento de “refundação da nacionalidade”, onde a promoção das “tradições” visava a afirmação da Nação e da sua identidade cultural. Esta ideologia teve continuidade na 2ª República – Estado Novo, através de políticas corporativistas de reorganização do setor da pesca e da comercialização do bacalhau (Decreto 13.441, de 8 de abril 1927).

No que concerne ao receituário culinário do século XX, encontramos em Portugal duas realidades que se confrontam: livros de cozinha de alta cozinha internacional (que mostram uma clara influência da culinária e gosto francês e italiano (refletidas no nome das receitas, nos produtos utilizados e nas formas de preparação) e a cozinha simples e plebeia (com uma forte afirmação da identidade e autenticidade da cozinha portuguesa e da gastronomia típica).

Focando na segunda categoria, foram analisados dois livros de cozinha (“Cozinha

Tradicional Portuguesa” de Maria de Lourdes Modesto, editada em 1982 pela Editora Verbo e os “Tesouros da cozinha Tradicional Portuguesa” de Lopo Cancellata de Abreu, José Eduardo Mendes Serrão, Maria Emilia Cancellata de Abreu, Francisco D’Andrade Roque de Pinho e, publicado em 1984 pelas Selecções do Reader’s Digest).

Soares (2018:162) destaca que “o predomínio das influências estrangeiras nos cardápios dos livros impressos em Portugal desde o século XVII, atingira um ponto de saturação. Os ideais nacionalistas acesos ainda no século XVIII, com a Revolução Francesa inflamam-se ao longo do século XIX (e de um modo muito particular durante o século XX, no período conhecido como Estado Novo) e serviram de rastilho para, também no setor da literatura culinária, aparecer o primeiro livro hasteando a bandeira nacionalista portuguesa”, suportado pela ideologia religiosa e destinados a um público-alvo feminino das “donas de casa”.

Caracterizando os livros de receitas quanto ao seu conteúdo (Quadro 3), verifica-se que a “Cozinha Tradicional Portuguesa” de Maria de Lourdes Modesto (1982) possui 800 receitas, das quais 130 são de peixe (74 das receitas integram dezoito tipos de peixe diferentes: atum, barbos, cação, carapaus, cascarra, cavala, chicharros, enguias, espada, garoupa, pargo, pescada, peitinga, raia, salmonetes, sardinha, sável, trutas) e 56 receitas utilizam o bacalhau.

Quadro 3 – Resumo do N° de receitas por livro

Livros de receitas	Nº Páginas/ Nº receitas	Sopa	Carne	Peixe	Doce	Outro	Nº receitas com Bacalhau
Cozinha Tradicional Portuguesa. Maria de Lourdes Modesto (1982)	336/800	88	132	130	177	273	56
Tesouros da cozinha Tradicional Portuguesa. Cancellata D’Abreu et al. (1984)	399/653	46	220	111	177	99	47

Fonte: Produção própria com base nas fontes indicadas no quadro

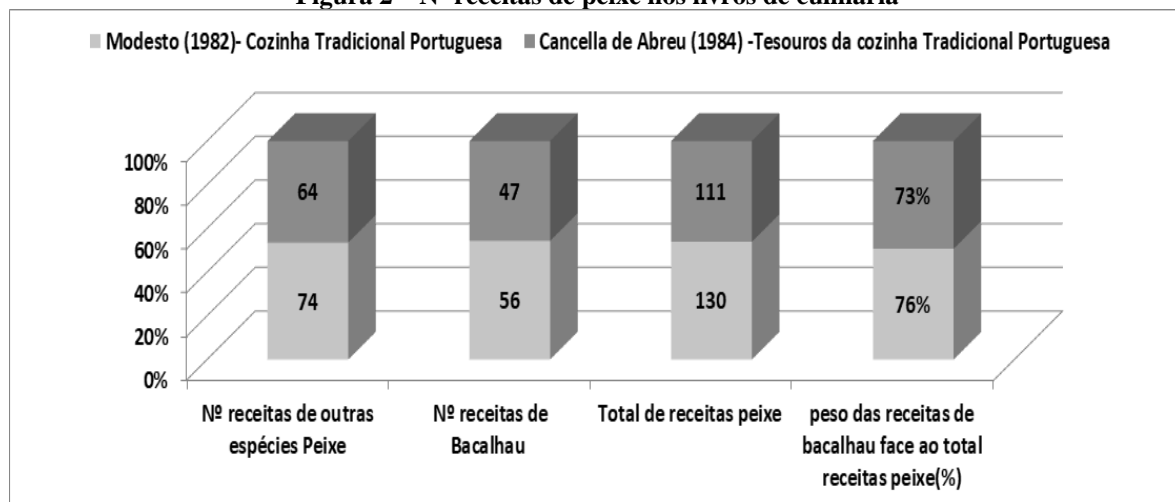
Na obra “Tesouros da cozinha tradicional Portuguesa” de Cancellata de Ábreu et al. (1984) encontram-se 653 receitas, das quais 111 são de

peixe (64 das receitas utilizam vinte e um tipos de peixe diferentes: achigã, atum, carapaus, carpa, eirós, enguias, espada, goraz, lampreia,

linguados, pargo, pescada, raia, salmão, salmónetes, sardas, sardinhas, sável, tainha, tamboril, trutas) e 47 de bacalhau. De uma forma gráfica, a Figura 2 apresenta a relevância do bacalhau no

receituário culinário de peixe, dos autores indicados com um peso de 76% e 73% respetivamente.

Figura 2 – Nº receitas de peixe nos livros de culinária

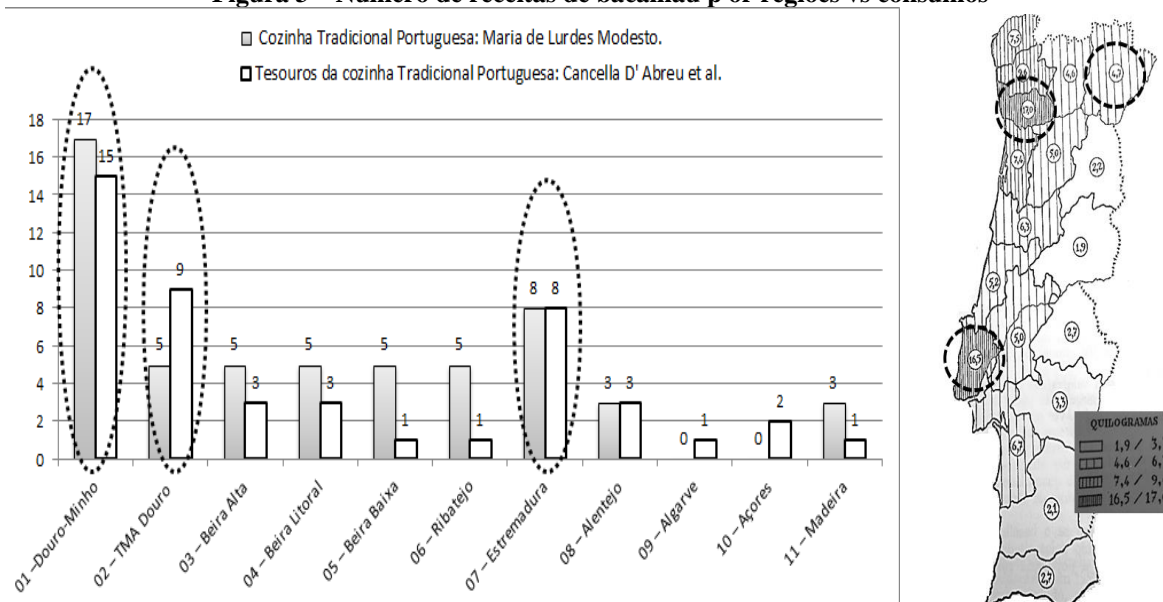


Fonte: produção própria com base nas fontes: “Cozinha Tradicional Portuguesa” de Maria de Lurdes Modesto (1982) e “Tesouros da cozinha tradicional Portuguesa” de Cancella de Abreu et al. (1984).

Através da leitura destas obras foi possível perceber a notoriedade do alimento “bacalhau” no receituário culinário português e a sua relevância identitária por região (Figura 3). Verifica-se que a distribuição do número de receitas

de bacalhau não é geograficamente heterogénea, ajustando-se aos níveis de consumo, com predominância para o Entre Douro e Minho, Estremadura e Trás-os-Montes e Alto Douro

Figura 3 – Número de receitas de bacalhau p or regiões vs consumos



Fonte: produção própria com base nas obras em estudo e Coimbra (1958).

Esta secção teve como objetivo criar um referencial acerca da construção identitária do bacalhau como património alimentar e que servirá como “fiel de balança” na análise da

gastronomia do bacalhau nos tempos atuais. O património identitário “Bacalhau” enquadra-se no acima descrito, tendo-se revelado um marcador simbólico da identidade cultural

gastronómica no território português. As respostas podem ser encontradas em estatísticas e fontes privilegiadas, como os livros de receitas, onde é possível conhecer as diversas técnicas de preparação culinária e a gastronomia associada a cada região.

Com o conteúdo desta secção, pretendeu-se dar um contributo para a valorização dos livros de cozinha, como ferramenta de análise da história da alimentação e da sua realidade construída, partindo do alimento enquanto categoria histórica e mostrar que a mesa e a cozinha acompanham os factos civilizacionais.

5. O BACALHAU NA COZINHA REGIONAL DE TRÁS-OS-MONTES E ALTO DOURO: ANÁLISE DE DADOS E DISCUSSÃO DE RESULTADOS

O trabalho de campo consistiu em 148 inquéritos por questionário (65 em Trás-os-Montes e 83 no Douro), em forma de entrevista a restaurantes da região de Trás-os-Montes e Alto Douro, com CAE (Código Atividade Económica) 56101 - Restaurante Tipo Tradicional. Realizando a caracterização do restaurante quanto ao tipo de serviço prestado aos clientes, os resultados mostraram que 45,95% dos estabelecimentos possuíam um serviço casual, 34,46% um serviço rápido e 19,59% um serviço requintado. Estes valores podem indicar um

consumo em todas as classes sociais, quebrando o estigma de que o bacalhau era alimento de gente pobre.

Os proprietários/gestores dos restaurantes eram maioritariamente do género masculino (103; 69.59%), com habilitações literárias de nível secundário (58.78%) e revelando uma afinidade pelo território, pois 92.57% tem lá a sua naturalidade, sentindo-se ligados ao espaço (83,78%) e às comunidades locais (86,48%). Estes dados integrados com a análise das opções existentes nos seus menus (onde na Árvore de palavras do survey, o “bacalhau” surge em relevo face aos outros peixes, conforme se observa na Figura 4), podem indicar uma consciência do seu “código cultural” (Bessière, 2013) de identidade gastronómica e manifestar uma memória coletiva do gosto, que é passada de geração em geração através de processos socializadores e educativos vivenciados (Bourdieu, 1977).

A Figura 4 comprova a hegemonia do bacalhau nos cardápios, pois, quando é solicitado para enumerarem até 3 (três) pratos que mais vendem no restaurante, surgem as entradas com os enchidos (referidos 94 vezes), os pratos de carne (o cabrito, a vitela e a posta), citados 97 vezes e o bacalhau que é mencionado 132 vezes. Listando o pescado utilizado nas receitas, temos doze espécies, com uma maior prevalência de Polvo, Pescada, Truta, Salmão, Chocos, atum, tamboril, Lulas, peixe-gato, carapau, robalo e dourada.

Figura 4 – Árvore de palavras: Pratos de peixe com destaque para o bacalhau
Pratos de Peixe: Nuvem de palavras



Fonte: produção própria com base nos dados em survey123.arcgis.com/surveys/

Explorando em pormenor a oferta gastronómica dos restaurantes de TMAD, observamos uma ementa fixa (onde o bacalhau é rei) em 88.51% dos estabelecimentos e em 72.97% destes restaurantes o menu acomoda produtos sazonais, o que revela a valorização dos produtos autóctones das regiões. Segundo os entrevistados, os pratos locais e regionais estão bem representados no menu (75,68%), mencionando claramente nas cartas de vinhos e nos cardápios que, trabalham com produtos locais (44,6%) e aconselham os clientes a harmonizar o vinho com a comida (56,76%).

Neste quadro, os restaurantes vendem facilmente a gastronomia da região (88,51%). No entanto, mas apenas 35,81% organiza eventos para a promoção dos produtos regionais e 61,49% dos proprietários está ciente de que o seu menu está baseado no património regional, mostrando um forte sentimento de pertença às tradições gastronómicas da região e à identidade das suas gentes (87,83%).

Este apelo à identidade e às tradições, através dos patrimónios (alimentares), manifesta-se como uma forma de expressão e de diferenciação social, reforçando a ideia de continuidade entre o passado e o presente, de preservação e de persistência comprovada (Bèssiere, 2013). O conceito de tradição é definido por Léger (1996) como o conjunto de representações, imagens, conhecimentos teóricos e práticos, comportamentos, atitudes, etc. que um grupo ou uma comunidade aceitam em nome da continuidade

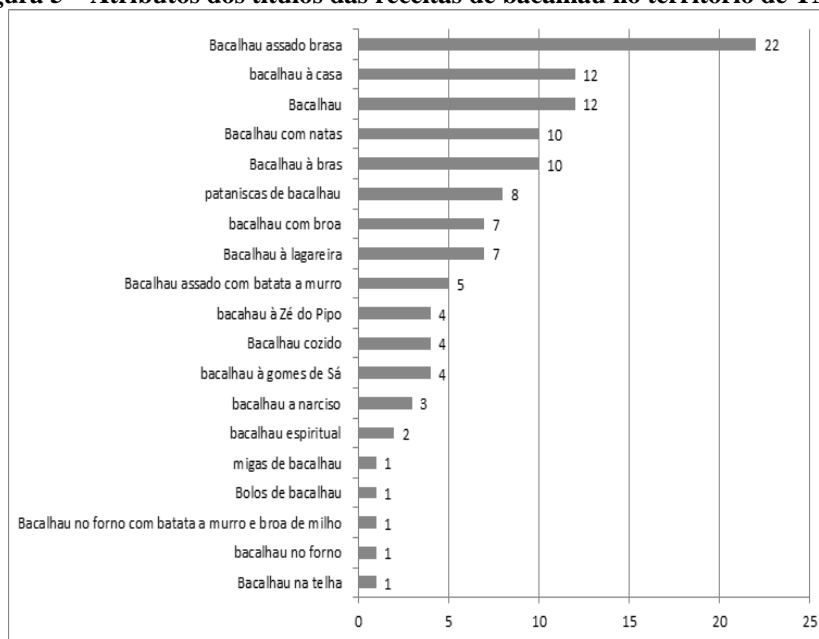
necessária entre o passado e o presente. Nora (1993) reforça a definição do conceito quando diz que a tradição é uma memória que se tornou historicamente consciente de si mesma. Portanto, como um marcador de ligação temporal, o elemento património (alimentar) é inseparável da tradição, que significa "transmitir", "entregar". Essa transmissão simbólica da memória aparece materializada no título das suas receitas, através de várias dimensões: territorial, afetiva e honorífica.

A este respeito, Soares (2018) propõe a seguinte caracterização dos atributos associados ao título da receita: (a) Cozinha dos afetos (de índole familiar); b) Cozinha comunitária (conventual); c) Cozinha de territórios (internacional, nacional, local); d) Cozinha Honorífica (em honra de certa individualidade); e) Cozinha de Autor (feita por um profissional); f) Cozinha de Épocas festivas (Natal, Páscoa, Aniversários, ...); e g) Cozinha de Estação Ano (faz notabilizar os produtos próprios das estações do ano).

Neste trabalho encontrámos exemplos de Cozinha de território: Bacalhau à lagareiro; Bacalhau à Braga; Bacalhau à Costa Verde.

Cozinha honorífica: Bacalhau ao Narciso; Bacalhau à Brás; Bacalhau à Gomes de Sá; Bacalhau à Zé do Pipo; Bacalhau a chefe (com cebolada); Cozinha de Autor: Bacalhau a chefe (com cebolada); Cozinha dos afetos (familiar): bacalhau à avó; bacalhau à dona Ana; bacalhau à casa (Figura 5).

Figura 5 – Atributos dos títulos das receitas de bacalhau no território de TMAD



Fonte: Produção própria

Tresserras & Medina (2007) afirmam que as práticas gastronómicas materializam a cultura de uma região, espelhando os valores, o imaginário, a simbologia, as regras socioculturais, as relações de poder, entre outras razões.

Portanto, o bacalhau é de facto o “fiel amigo” da culinária portuguesa, sendo confeccionado de diversas maneiras (132 maneiras nesta análise), corporizando práticas, representações, expressões, conhecimentos e aptidões, que as comunidades, os grupos e os indivíduos reconhecem como fazendo parte integrante do seu património cultural e que é transmitido de geração em geração. Embora sendo constantemente recriado pelas comunidades e grupos em função do seu meio, da sua interação com a natureza e da sua história, é-lhe inculcando um sentimento de identidade e de continuidade, contribuindo, desse modo, para a promoção do respeito pela diversidade cultural e pela criatividade humana (UNESCO, 2003).

Como refere Garrido (2016: 15) “Nem todo o património é inventado. Mas é certo que tudo aquilo que reconhecemos ou declaramos como património, tenha ele uma expressão material ou intangível, edificada ou simbólica, constitui uma realidade socialmente construída”.

6. CONCLUSÃO

Com o início do século XX, e depois da instauração da República (1910), inicia-se um movimento de “refundação da nacionalidade”, onde se promovem as “tradições” e se visava a afirmação da Nação e da sua identidade cultural. Neste contexto temporal e na opinião de Amante (2011) a cultura é uma variável intermediária que dá sentido à relação entre prática mobilizadora e produção identitária. A cultura já não é vista como a alma dos povos, nem considerada como sistema comum de valores, argumentando que, numa coletividade social moderna é difícil criar um consenso sobre valores, pois estes têm o poder de se renovar.

Se a percepção da alteridade (ser diferente) é um ponto básico para entender a identidade, a cultura é o catalisador que dá nexos aos diferentes sentidos da identidade. O património identitário “Bacalhau” enquadra-se no acima descrito, tendo-se revelado um marcador simbólico da identidade cultural gastronómica no território português. As respostas podem ser encontradas em estatísticas e fontes privilegiadas, como os livros de receitas, onde é possível conhecer

as diversas técnicas de preparação culinária e a gastronomia associada a cada região.

Perante este enquadramento, o motivo da integração do estudo dos Patrimónios Alimentares nesta investigação em Trás-os-Montes e Alto Douro, com destaque para o alimento bacalhau, envolve vários argumentos, como a importância em:

a) Assegurar a salvaguarda e a valorização do património cultural imaterial (recursos endógenos existentes nos territórios), conforme recomenda o Art.º 13º da Convenção para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial (UNESCO, 2003 e UNESCO-BKK, 2015);

b) Criar diferenciação na oferta gastronómica, promovendo os recursos endógenos, a paisagem, a cultura e os patrimónios alimentares tradicionais;

c) Ser um influente agente no domínio da Política Nacional com impactes no desenvolvimento dos territórios. Em Portugal a “Gastronomia e vinhos” são elementos qualificadores da Estratégia para o Turismo 2027 (TP, 2017), pois “acrescenta valor à oferta dos territórios, avançados pelos ativos diferenciadores do destino” (TP, 2017:46). A ENEI - Estratégia de Investigação e Inovação para uma Especialização Inteligente (EI&I) contempla a Alimentação e o Turismo em vários dos seus Eixos Temáticos (ENEI, 2014), bem como no EREI – Estratégia Regional de Especialização Inteligente, para a região Norte.

d) Integrar os livros de cozinha como fontes importantes do conhecimento e ferramentas úteis para o entendimento da evolução da gastronomia das regiões;

e) Obter testemunhos das comunidades e restaurantes acerca dos receituários culinários tradicionais das regiões e, com todo este manancial de informação tornar credível e autêntica a experiência gastronómica.

Portanto, os resultados da pesquisa validaram a premissa do bacalhau ser um marcador simbólico da identidade cultural gastronómica de Trás-os-Montes e Alto Douro e mostrou que “a cozinha é uma linguagem que traduz inconscientemente as suas estruturas” (Levi-Strauss 1964).

No entanto o trabalho poderia ser melhorado em próximas investigações, com o alargamento da área geográfica e a obtenção de uma amostra mais significativa e representativa, o que permitiria uma maior validade dos resultados. Como recomendações para investigações futuras, Sali

entamos a importância de integrar esta temática com o turismo e perceber os impactos da

experiência gastronómica no desenvolvimento dos territórios.

BIBLIOGRAFIA

“Receitas de melhores doces e de alguns guizados particulares e remedios de conhecida experiencia que fes Francisco Borges Henriques para uso da sua caza. No anno de 1715 tem seo alfabeto no fim. [1715-1729]”

Abel, Marília & Consiglieri, Carlos (1998). O bacalhau na vida e na cultura dos portugueses. Quadratim – Artes Gráficas, Lda.

Albala, Ken, and Trudy Eden, editors (2011), “Historical Background to Food and Christianity”, Food and Faith in Christian Culture. Columbia University Press, 2011, pp. 7–20. JSTOR, www.jstor.org/stable/10.7312/alba14996.4.

Amante, Maria de Fátima (coord), (2011), “Identidade Nacional. Entre o discurso e a prática, CEPESE, 1ª Edição, Porto, in <http://www.cepesepublicacoes.pt/portal/pt/obras/identidade-nacional-entre-o-discurso-e-a-pratica>

Amorin, Roby (1987), “Da mão à boca. Para uma história da alimentação em Portugal”, Edições Salamandra. pp. 103-105

Azevedo, Catarina (2013), “A Memória e o Património Marítimo da Costa Norte de Portugal”. Tese mestrado, Universidade do Minho, Instituto de Ciências Sociais

Barros, Anabela (2014), “As receitas de cozinha de um frade português Sec. XVI”. Imprensa da Universidade de Coimbra, receita 75

Basto, Cláudio (1925), “Silva etnográfica” in Revista Lusitana, Vol. XXV, p.176, Lisboa, Livraria Clássica Editora.

Blaikie, Norman (1991), “A critique of the use of triangulation in social research”. Quality and Quantity 25, pp.115-136.

Boavida, Joaquim Gormicho (1950), “Mapa de capitães anual do consumo por concelhos campanha 1955/56”, tendo por base o IX Recenseamento geral da população – Tomo III Vol 1º in . Roteiro de pesca dos bancos da Terra-Nova e da Groenlândia. Gabinete de Estudos das Pescas. Publicação nº 3. Lisboa

Bourdieu, Pierre (1977), “A distinção – crítica social do julgamento”. São Paulo/Porto Alegre, EDUSP/Zouk.

Branco, Jorge Freitas (1999), “A fluidez dos limites: Discurso etnográfico e movimento folclórico em Portugal “ em http://ceas.iscte.pt/etnografica/docs/vol_03/N1/Vol_iii_N1_23-48.pdf, p.25-27

Camacho, Brito (1927), “Jornadas”. Lisboa, Guimarães e C.ª. P.130

Cancella de Abreu, L., Mendes Ferrão, J., Cancella de Abreu, M. E., & Roque de Pinho, F. (1984). Tesouros da cozinha tradicional portuguesa. Selecções do Reader's Digest.

Capatti, Alberto & Montanari, Massimo (1999), “La cucina italiana. Storia di una cultura”. Roma, Bari.

Capitação de consumos de bacalhau por Distrito quanto à campanha 1955/56 in Jorge Bebianno (1958). O mercado nacional de bacalhau salgado e seco. Características e perspectivas. (trabalho apresentado no V congresso nacional das pescas). Comissão reguladora do comércio do bacalhau

Coimbra, Jorge Bebianno (1958), “O mercado nacional de bacalhau salgado e seco. Características e perspectivas”, (trabalho apresentado no V congresso nacional das pescas). Comissão reguladora do comércio do bacalhau.

Consiglieri, Carlos & Abel, Marília (1999), “Bacalhau em Português”. Colares editora.

Decreto 13.441, de 8 de abril 1927. Ministério do comércio e comunicações. Direção Geral do Comércio e Indústria. Repartição da estatística, Informações e Exposições. In <http://www.leideportugal.com/diario-primeira-serie/1927-04-08>

Denzin, Norman (1989), “The research act: A theoretical introduction to sociological methods”. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Dias, Jorge (1950), “Os Elementos Fundamentais da Cultura Portuguesa”, comunicação apresentada no Colóquio Internacional de Estudos Luso-Brasileiros, Washington, 15 a 20 de outubro de 1950. Publicado em Coimbra em 1955

Drumond Braga, Isabel (2006), “Influências estrangeiras nos livros de cozinha portugueses (séculos XVI-XIX): alguns problemas de

análise”, p.239, in <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/4857.pdf>

ENEI (2014), “Estratégia de Investigação e Inovação para uma Especialização Inteligente”, EI&I em https://www.portugal2020.pt/Portal2020/Media/Default/Docs/EstrategiasEInteligente/ENEI_Vers%C3%A3o%20final.pdf, acesso em 1-10-2018

EREI (Estratégia Regional de Especialização Inteligente) Norte 2020, (2014)

Garrido, Álvaro (2004), "O Estado Novo e a Campanha do Bacalhau". Lisboa, Circulo dos Leitores.

Garrido, Álvaro, (2003), “Abastecimentos e Poder no Salazarismo: o “bacalhau corporativo” (1934-1967). Coimbra, FEUC, p. 21.

Geertz, Clifford (1926), "A interpretação das culturas". 1ª.ed, reimpresso 1989 por LTC — Livros Técnicos e Científicos Editora S.A., Rio de Janeiro.

Girão, Amorim (1958), “ Atlas de Portugal, Mapas, in http://www.uc.pt/fluc/depgeotur/publicacoes/OutrasPubl/AAG/pdfs/I_Como_nasceu_Portugal.pdf

Girão, Aristides de Amorim (1938), “A divisão provincial do novo Código Administrativo: segunda resposta”, Coimbra: Coimbra Editora, 1938

Given, Lisa M. (Ed) (2008), “The Sage Encyclopedia of Qualitative Research methods”. USA Sage Publications, Inc. ISBN 978-1-4129-4163-1(cloth),

Hervieu-Léger, D. (1996), “Tourisme, tradition et ethnologie”. Source, 27, 55–86.

LCI Livro de Cozinhos da Infanta D. Maria, códice português l. E. 33 da Biblioteca Nacional de Nápoles, prólogo, leitura, notas aos textos, glossário e índices de Giacinto Manuppella, Lisboa, imprensa Nacional, 1987.

Lei N.º 13/85, de 6 de Julho – Património cultural português, Cadernos de Sociomuseologia N.º 15 – 1999

Leite, Orlando (2012), “Guia das Tascas e Tabernas de Portugal”. Editorial Presença.

Lévi-Strauss, C. (1978), “Mythologiques - Le cru et le cuit”. Plon

Mata, João (1993), “Arte de cozinha” prefácio de Melo Lapa. 5ª edição, Veja.

Mauss, Marcel (1968), Sociologie et anthropologie, Paris: Press Univ. de France, p. 147 in

Nora, Pierre (1993), “Les lieux de mémoire”. Paris: Gallimard.

Poulain, Jean-Pierre (2002), “Sociologies de l’alimentation”. Paris: PUF.

Sobral, José Manuel, (2008), “Cozinha, Nacionalismo e cosmopolitismo em Portugal (Sec. XIX-XX)”.

Medina, Xavier & Tresserras, Jordi (eds)(2018), "Food, Gastronomy and Tourism. Social and Cultural Perspectives", Guadalajara, Jalisco : Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades. Centro Universitario de los Lagos, Universidad de Guadalajara. Colección Estudios del Hombre. Serie Antropología de la Alimentación .p.38.

Modesto, Maria de Lurdes (1982), “ Cozinha Tradicional Portuguesa”. Editora Verbo

Montanari, Massimo (2006), "Food is culture". Nova York, Columbia Univ. Press

Neves, J.A. (1830), “Considerações políticas e comerciais sobre os Descobrimentos e possessões dos portugueses na África e na Ásia”. Lisboa. Impressão régia.

Oliveira Martins, J.P. (1882), "História de Portugal". 3ª Edição, Livraria Bertrand

Por um mestre de cozinha, (1889), “Novíssima arte de Cozinha” por um mestre de cozinha". Editores proprietários Tavares Cardoso & Irmão. Lisboa, p.170-173

R.C.M (1843), "O cozinheiro imperial ou nova arte do cozinheiro e copeiro em todos os seus ramos". Eduardo e Henrique Laemmert, Rio de Janeiro

Resolução do Conselho de Ministros nº 96/2000 (p. 3618-3620)

Ribeiro, Carla (1997), “ Cultura popular em Portugal: de Almeida Garrett a António Ferro”, in <http://www.cepesepublicacoes.pt/>

Ribeiro, Carla, (2012), “Cultura popular em Portugal: de Almeida Garrett a António Ferro”, in <http://www.cepesepublicacoes.pt/>

Rigaud, Lucas (2004), "Cozinheiro Moderno ou Nova Arte de Cozinha". Colares Editora.

Rodrigues, Domingos (1995), "Arte da Cozinha". Colares Editora.

Silva, António Duarte (1957), "Gabinete de Estudos da pesca". A pesca do bacalhau. Campanha de 1955-1956. Publicação nº 35. Companhia Nacional Editora, Lisboa.

Silva, António Santos, (1997), "Palavras para um país: estudos incompletos sobre o século XIX português". Oeiras, Celta Editores

Soares, Carmen (2018), "A Universidade de Coimbra no cardápio da Cozinha Portuguesa de 1902: uma história por contar. BiblioAlimentaria: alimentação, saúde e sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra Editor Imprensa da Universidade de Coimbra

Sobral, José Manuel & Rodrigues, Patrícia (2013), "O fiel amigo: o bacalhau e a identidade portuguesa", *Etnográfica*, Vol. a7 (3), pp. 619-649

TP – Turismo de Portugal (2017), "Estratégia do Turismo 2027", Turismo de Portugal, IP
Tresserras, Jordi & Medina, Xavier (eds.) (2007), "Patrimonio gastronómico y turismo cultural en el Mediterráneo". IBERTUR-Universidad de Barcelona/Instituto Europeo del Mediterráneo, Barcelona. ISBN-13: 978-84-612-2429-6

Trigozo, M. (1803), "Ensaio sobre os Descobrimentos e comercio dos portuguezes em as terras setenterionais da America", In *Memorias de Literatura Portugueza*. Academia Real das Sciencias de Lisboa, Tomo VIII, parte I. Lisboa Academia Real das Sciencias de Lisboa

UNESCO – Bangkok Office (2015), "Tools for safeguarding culture: cultural mapping".

Bangkok: Unesco. <http://www.unescobkk.org/culture/tools-and-resources/tools-for-safeguarding-culture/cultural-mapping/>, acesso 1-10-2018.

UNESCO (2003), "Convenção para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial", in <https://www.unescoportugal.mne.pt/pt/temas/proteger-o-nosso-patrimonio-e-promover-a-criatividade>, acesso 1-10-2018

UNESCO (2003), "Convention for safeguarding of the intangible cultural heritage". Paris: Unesco. In http://portal.unesco.org/en/ev.php-Url_ID=17716&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html, acesso em 1-10-2018.

Visconde Vilarinho de S. Romão (1ª edição 1841) in Consigliere, Carlos & Abel, Marília (1999), "Cozinheiro Completo ou Nova Arte de Cozinheiro e de Copeiro", Colares Editora.