



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS TERESINA ZONA SUL
CURSO TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

ARTUR SULEIMANE DO NASCIMENTO DA SILVA

Gastronomia Filipina e Gastronomia Brasileira: ramificações paralelas

TERESINA

2025

ARTUR SULEIMANE DO NASCIMENTO DASILVA

GASTRONOMIA FILIPINA E GASTRONOMIA BRASILEIRA:
RAMIFICAÇÕES PARALELAS

Trabalho de Conclusão de Curso
(artigo científico) desenvolvido no
curso Tecnologia em Gastronomia do
Instituto Federal de Educação, Ciência
e Tecnologia do Piauí, Campus Teresina
– Zona Sul.

Orientadora: Prof.^a M.^a Gislane
Cristiane Machado Tôrres.

TERESINA

2025

GASTRONOMIA FILIPINA E GASTRONOMIA BRASILEIRA: RAMIFICAÇÕES PARALELAS

Artur Suleimane do Nascimento da Silva¹

RESUMO

Durante as chamadas Grandes Navegações, Brasil e Filipinas estabeleceram trocas econômicas e culturais. Este artigo busca refletir sobre as relações entre as gastronomias filipina e brasileira tomando como fio condutor a experiência colonial compartilhada a partir da dominação ibérica entre os séculos XVI e XVII. O objetivo da pesquisa é verificar paralelos entre a culinária filipina e a culinária brasileira de forma a identificar elementos de aproximação entre ambas. Para tanto, buscamos em livros de receitas e textos que discutem a gastronomia filipina, as informações sobre base cultural desta região: os insumos característicos, os pratos mais consumidos, as técnicas de preparo mais utilizadas. Da mesma forma, buscamos informações em livros e textos sobre a gastronomia brasileira, em busca de equivalências entre as culinárias destes dois países. Identificamos que por tratar-se de uma prática cultural, a gastronomia evidencia a riqueza destes dois povos, manifestando suas capacidades de invenção, incorporação de elementos e adaptação.

Palavras-chave: gastronomia; Brasil; Filipinas; trocas culturais.

ABSTRACT

During the so-called Great Navigations, Brazil and Philippines established economic and cultural exchanges. This article reflects on the relationship between the Filipino and Brazilians cuisines taking as main conductor the shared colonial experience from the Iberian domination between the XVI and XVII centuries. The main objective of this research is verify parallels between the Filipino and Brazilian cuisines as a way to identify resemblance elements between them. For such recipe books and texts that discuss about the Filipino gastronomy were researched, the informations about the cultural foundation of this region: local ingredients, most consumed dishes and most utilized techniques. On the same note books and informations about Brazilian gastronomy were also researched, on the search of commonalities between the cuisines of these two countries. The identified conclusion was gastronomy being a cultural practice shows the richness of these two countries, manifesting their adaptation, incorporation of elements and invention capacity.

Keywords: gastronomy; Brazil; Philippines; cultural exchanges.

Data de aprovação: 13/03/2025

1 INTRODUÇÃO

Em termos históricos, o processo de mundialização se iniciou com Expansão Marítima nos séculos XV e XVI. Durante esse período, houve uma expansão na variedade de ingredientes utilizados na gastronomia devido às movimentações comerciais realizadas pelos países ibéricos, os quais possuíam colônias em diversos países na América e Ásia.

¹Aluno do curso de Tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal do Piauí – campus Teresina Zona Sul.
Email: artursuleimane@gmail.com

Apesar das diferenças locais, a colonização do Brasil e das Filipinas se deu de forma similar. Nestas duas regiões, o objetivo dos colonizadores era assegurar novas rotas para áreas de comércio daquele período. O controle colonial do Brasil por Portugal e das Filipinas pela Espanha por um longo período, promoveu a absorção de elementos culturais, religiosos e alimentares dos países ibéricos por suas colônias e vice-versa.

Contudo, no espaço temporal da Expansão Marítima e da colonização dos séculos XV e XVI houve inúmeros debates entre Portugal e Espanha quanto a posse de diversos territórios. As Filipinas se encontravam no sudeste asiático e devido as noções cartográficas daquele período e dos acordos realizados em Tordesilhas no ano de 1494, quando os espanhóis chegaram ao território filipino após navegar para o leste, estes consideraram as ilhas como uma área de sua posse, nos termos do acordo assinado. Posteriormente houve conflitos quando portugueses ocuparam outros pontos sob a justificativa do território estar incluso na Ásia, logo sendo de pertencimento deles. Já no território do atual Brasil, também houve discussão em virtude do proposto no Tratado de Tordesilhas pois o que hoje conhecemos como Brasil, à época se encontrava dividido aproximadamente ao meio entre Portugal e Espanha. Aqui também as explorações portuguesas ultrapassavam os limites propostos e justificavam a ausência de ocupação por parte da Espanha como explicação para o fato. Contudo, entre 1580 a 1640, os conflitos entre Portugal e Espanha passaram por um período de pausa. Durante esse período, oficialmente, devido a problemas de sucessão na coroa portuguesa, as administrações ibéricas foram unificadas e dessa forma Brasil e Filipinas estiveram sob mesma regência, o que promoveu intercâmbios entre as regiões. Historicamente conhecemos essas seis décadas como período da União Ibérica.

Este texto resulta de pesquisa que objetivava identificar os paralelos existentes entre a gastronomia do Brasil e das Filipinas devido ao passado comum da colonização ibérica compartilhada por ambos. Nesse sentido, a proposta aqui apresentada é entender como, a partir das chamadas Grandes Navegações, os países ibéricos – Portugal e Espanha – além de conquistar colônias na Ásia, África e América estabeleceram trocas culturais. O exemplo de troca cultural investigado foram as interrelações entre Brasil e Filipinas, no que diz respeito à sua gastronomia e práticas alimentares.

Iniciamos a pesquisa sabendo que, atualmente no Brasil, não há restaurantes especializados em gastronomia filipina associados à ABRASEL – Associação Brasileira de Bares e Restaurantes, fato que nos trouxe alguns questionamentos: O quão similar é de fato a gastronomia brasileira e filipina? Para obter a resposta a este questionamento ao longo desta pesquisa buscamos textos com informações historiográficas, jornalísticas, fontes memorialistas (relatos orais) e livros e/ou cadernos de receitas.

As conexões entre América Latina e Sudeste da Ásia foram estabelecidas em conjunto com a globalização que, por sua vez, pode ser historicamente datada na Expansão Marítima, no processo de colonização dos séculos XV e XVI e uso de entrepostos, mercados consumidores e produtores de matérias primas.

Estudiosa da gastronomia filipina, Doreen G. Fernadez (1988) a define como de matriz malaia, na qual influências asiáticas (em virtude do comércio desenvolvido por chineses e indianos) árabe (motivado pelo comércio e pelo processo de islamização), ibero-americana (pela ação de portugueses e espanhóis durante a colonização). Já a gastronomia brasileira caracteriza-se pela influência nativa (tradições dos povos originários), portuguesa (processo de colonização) e africana (resultado da diáspora). Ao registrar a formação da cultura brasileira, Gilberto Freyre afirma

Uma circunstância significativa resta-nos destacar na formação brasileira: a de não se ter processado no puro sentido da europeização. Em vez de dura e seca, rangendo do esforço de adaptar-se a condições inteiramente estranhas, a cultura européia se pôs em contato com a indígena, amaciada pelo óleo da

mediação africana. (FREYRE, 2003, p.115)

A citação aponta como a base da cultura gastronômica brasileira é rica e diversa. Tal processo acontece também nas Filipinas e, ao longo dos anos, os dois países vão acolher ainda outras levadas migratórias que influenciam ainda mais nos usos de ingredientes, técnicas e sociabilidades em torno do preparo e consumo de alimentos.

Percebe-se assim que absorção e adaptação são elementos em comum entre as cozinhas brasileira e filipina. Do ponto de vista histórico, Renato Constantino (1975) aponta que entre as diferenças entre Brasil e Filipinas está a resistência filipina à opressão. Esta, segundo o autor, seria o fio unificador de sua história, em contraste com o Brasil que passou por um processo mais curto de libertação da colonização portuguesa. Esses processos políticos deixam marcas nas mentalidades, nos comportamentos, nas formas de cozinhar e se alimentar das populações que, inevitavelmente, precisam se adaptar às realidades políticas, econômicas e sociais.

Brasil e Filipinas possuem culturas ricas e compostas por elementos absorvidos e adaptados à realidade local. A experiência de um histórico de colonização em comum justificou essa pesquisa acadêmica acerca das influências culturais e intercâmbios gastronômicos entre Brasil e Filipinas. Nosso principal objetivo foi analisar a cozinha filipina e verificar os paralelos desta com a cozinha brasileira de forma a identificar elementos de aproximação entre ambas. Os objetivos específicos que orientaram as etapas do percurso de pesquisa foram: a) Apresentar a base cultural da cozinha filipina; b) Identificar insumos em comum nas cozinhas filipina e brasileira considerando suas experiências históricas; c) Identificar pratos de maior consumo na cozinha filipina; d) Verificar nas gastronomias filipina e brasileira, os pratos com técnicas de preparo em comum.

As conexões entre Brasil e Filipinas, não são um tema de pesquisa novo, tendo sido exploradas por José Carlos Brandi Aleixo, em 2010, no livro *Relations Between Brazil and Philipines: an overview*², no qual o autor centra sua análise em três seções distintas: uma análise histórica do Brasil e Filipinas do seu período como colônias sob controle de Portugal e Espanha até a independência de ambos países, uma descrição das relações políticas e diplomáticas e as conexões culturais e econômicas, além de apresentar sugestões de formas para um maior contato e conexão na conclusão do livro.

A história das Filipinas é extremamente carregada dadas as influências externas e internas durante o processo de formação do país e da cultura. Segundo Renato Constantino é necessária a reavaliação da mesma para além da camada superficial. No livro *The Philipippines: a past revisited*³ o pesquisador aborda o tema em quatro blocos de capítulos: 1) libertação transformada, no qual é apresentada a sociedade colonial, em suas relações com a igreja e os colonizadores; 2) o cadinho da prática, no qual é abordada as revoltas o senso de nacionalidade e as ideias de independência; 3) unidade e desunidade, em que trata das lutas pela independência, do pós independência e da ocupação americana e 4) parte final em que reflete sobre a importância da história filipina.

No que diz respeito a estudos acerca da formação da cozinha filipina, em *Tikim: Essays on Philippine Food and Culture*⁴, a autora Doreen G. Fernandez destaca a origem de pratos e ingredientes, os processos de absorção de ingredientes e como a culinária filipina representa costumes e tradições daquela sociedade. Já na obra *The Filipino Cookbook: the*

²*Relations Between Brazil and Philipines: an overview*. Título em livre tradução – Relações Entre Brasil e Filipinas: uma visão geral.

³*The Philipippines: a past revisited*. Título em livre tradução – Filipinas: um passado revisitado.

⁴*Tikim: Essays on Philippine Food and Culture*. Título em livre tradução - Tikim: ensaios sobre comida e cultura filipina.

*maya kitchen*⁵, são apresentadas receitas regulares, com informações referentes às ocasiões em que são consumidas, locais e curiosidades associadas aos ingredientes das receitas.

Em *Memories of Philippine Kitchens: stories and recipes from far and near*⁶, Amy Besa e Romy Dorotan apresentam os principais pratos da cozinha filipina ao mesmo tempo em que apresentam memórias relacionadas a eles e o processo de conexão entre as diferentes influências estrangeiras presentes na gastronomia filipina.

A cozinha brasileira é um tema explorado extensamente em livros como *História da Alimentação no Brasil*, de Luís da Câmara Cascudo. Na obra o autor expõe a estrutura da alimentação brasileira, formada desde sua base nativa combinada às influências portuguesas e africana, até as posteriores e mais localizadas influências imigrantes, como italiana e alemã.

As bases culturais da gastronomia brasileira são exploradas também por Gilberto Freyre em seus livros como *Casa-grande & senzala e Açúcar* nos quais o autor entra em detalhes na sociedade brasileira e seu processo de mistura e adaptação das culturas portuguesa, africana e indígena.

Em nossa pesquisa, a coleta inicial de dados bibliográficos ocorreu por meio do Google Acadêmico com os seguintes termos para busca: Philippines Cuisine History (9.270 resultados), Philippines History (121.000 resultados) e Philippines Food (273.000 resultados). A partir da filtragem qualitativa dos resultados, a literatura em comum e base das pesquisas foram Renato Reyes Constantino, em termos de análise histórica; Alicia Dorotea Gamboa Fernández, também conhecida como Doreen Fernandez além de Luís da Câmara Cascudo e Gilberto Freyre no que diz respeito à gastronomia brasileira, sua história e formação. Assim como José Carlos Brandi Aleixo, responsável por explorar os paralelos históricos, políticos e econômicos das Filipinas e Brasil.

A partir destas informações, foi aplicada uma filtragem nos livros de receita mencionados nos artigos encontrados durante a coleta inicial. Sendo *Memories of Philippine Kitchens: stories and recipes from far and near* e *The Filipino Cookbook: the maya kitchen* os escolhidos com base no seu conteúdo⁷, os quais estão disponíveis em bibliotecas virtuais ou inclusos em pesquisas de forma a manter o foco nas preparações e técnicas com raízes mais profundas que formam a base da cozinha filipina.

2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os manuais *História da Alimentação no Brasil* e *Memories of Philippine Kitchen* nos ajudam a construir a discussão aqui proposta: identificar pontos de aproximação entre as gastronomias brasileira e filipina. Essa aproximação se manifesta não apenas no compartilhamento de ingredientes, técnicas de preparo e formas de consumo. São visíveis também em hábitos e práticas associadas ao comer.

Uma herança cultural em termos de costumes relaciona-se à oferta de porções de comida aos convidados ao fim da visita. Tal costume é assim registrado em cada uma das culturas

Os viajantes registram com surpresa o costume japonês de o convidado receber uma parte dos alimentos oferecidos na festa para levá-los à família,

⁵*The Filipino Cookbook: the maya kitchen*. Título em livre tradução - O Livro de Receitas Filipino: a cozinha maya.

⁶*Memories of Philippine Kitchens: stories and recipes from far and near*. Título em livre tradução - Memórias de Cozinhas das Filipinas: histórias e receitas de perto e longe.

⁷ Destacamos que a partir deste momento, as citações e/ou referências a trechos de obras de autores filipinos e/ou publicadas em língua inglesa, estão baseadas em traduções livres feitas para a Língua Portuguesa pelo autor deste texto.

fazendo-a participante do ágape. O costume ocorre em todo o norte de Portugal, de onde veio para o Brasil. O mesmo na Espanha. (CASCUDO, 2011, p.48)

De acordo com Mona, quando amigos de crianças visitam a casa deles em Greenwich, eles recusam para casa sem um baon, uma marmita ou sobra de Bam-i.”, a palavra que define o ato de oferecer comida a pessoas saindo de visita ou para suas atividades diárias é baon em tagalog(BESA, DOROTAN, 2012, p.174)

Tal fato aponta costumes em comum, iniciados com a colonização ibérica, resistindo à ação do tempo por ser entendido até o presente como algo significativo pelas duas culturas.

No que diz respeito ao uso de ingredientes, identifica-se o arroz como produto base da alimentação diária de brasileiros e filipinos. Doreen Fernandes aponta que um dicionário espanhol-tagalog no século XVIII listava mais de 200 verbetes para arroz. Enquanto isso, no Brasil, Câmara Cascudo menciona

O povo come arroz indiferentemente, como quem saúda amigo vulgar no mecanismo da obrigação diária. Normalmente é um conduto, na água e sal, acompanhando a iguaria principal, peixe ou carne. Isoladamente, passa ao grupo das sobremesas, arroz-doce, pudim ou bolo de arroz. (CASCUDO, 2011, p.485)

Da mesma forma que o arroz integra a nutrição e o costume alimentar dos dois países, o coco também aparece como produto versátil utilizado em preparações doces e salgadas. O leite de coco aparece em preparações salgadas, já a polpa de coco em receitas doces.

Dentre os inúmeros pratos da gastronomia filipina, Amy Besa e Romy Dorotan citam *adobo*, *sinigang* e *kinilaw* como marcas registradas da gastronomia filipina. Os autores argumentam que a acessibilidade e a versatilidade dos ingredientes lhes proporcionam esse lugar de destaque. A cozinha doméstica da região caracteriza-se por ser variada pois, segundo os autores, “quanto mais versões de adobo, sinigang e kinilaw você prova, mais você entende os sabores e técnicas da cozinha filipina” (BESA, DOROTAN, 2012, p.68). Dada a natureza de consumo doméstico e diário não há um número exato de quantas versões destes pratos existem, fato que consolida ainda mais a relevância e importância deles para a cozinha Filipina.

A partir de pesquisa sobre ingredientes e técnicas de preparar, elaboramos tabela na qual apresentamos preparações filipinas típicas à base de carne, à base de vegetais e sobremesas em suas possíveis equivalências com a gastronomia brasileira. A tabela é ilustrada com imagens retiradas da rede da internet (blogs, sites, etc).

Tabela 1: Pratos à base de carne

Prato Filipino	Prato Brasileiro	Similaridade
		Utilizam de mesmo ingredientes nesse caso carne de porco picados em pequenos pedaços e cozidos em caldo em seguida reduzindo para um prato com sabor concentrado.

Figura 1 – Sisig Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2024	Figura 2 – Picadinho de porco Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	
 Figura 3 – Bopis Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy, 2022	 Figura 4 – Sarapatel Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Utilizam de mesmo ingredientes nesse caso órgãos como fígado, estômago e baço picados em pequenos pedaços e cozidos em caldo.
 Figura 5 – Humba Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2021	 Figura 6 – Feijoada Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Utilizam pedaços variados de carne de porco lentamente cozidos em conjunto com feijão.
 Figura 7 – Longganisa Filipina Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2019	 Figura 8 – Linguiça Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Embutidos locais cuja a origem parte da morcela/chouriço introduzidos durante a colonização, utilizando de temperos similares para sabor e conservação.

Fonte: elaborada pelo autor

Tabela 2: Pratos à base de vegetais

Prato Filipino	Prato Brasileiro	Similaridade
 Figura 9 – Munggo Filipino	 Figura 10 – Feijão Tropeiro Imagem disponível em:	Utilizam feijão de variedades branca/verde os quais tomam menor tempo de cozimento de forma que possuem uma maior quantidade de feijão comparado aos pratos com feijão preto.

Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2018	receitas.eduguedes.com, 2024	
 Figura 11 – Pinakbet Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2024	 Figura 12 – Quiabo refogado com abóbora e feijão de corda Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Combinação de quiabo e abóbora como principais ingredientes
 Figura 13 – Paksiw na tilápia Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2018	 Figura 14 – Tilápia recheada com vegetais Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Utilizam processo similar de recheiar peixe com vegetais variados e fonte de ácido como limão ou vinagre antes do cozimento de forma a aumentar absorção dos sabores pelo peixe.

Fonte: elaborada pelo autor

Tabela 3: Sobremesas

Prato Filipino	Prato Brasileiro	Similaridade
 Figura 15 – Bukayo Filipino Imagem disponível em: www.foxyfolksy.com, 2022	 Figura 16 - Cocada Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Utilizam o mesmo processo de ralar coco e cozinha-lo em conjunto com açúcar de forma a gerar a consistência solida e textura.

 Figura 17 - Leche flan Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2024	 Figura 18 – Pudim de leite Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Receitas de origem compartilhada proveniente dos colonizadores, mesmos ingredientes e processo de preparo.
 Figura 19 – Cassava Cake Filipino Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2022	 Figura 20 – Bolo de macaxeira (mandioca) Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Macaxeira(mandioca) como principal ingrediente assim como uso do leite de coco diferente de outras variedades de bolo.
 Figura 21 – Yema Filipina Imagem disponível em: panlasangpinoy.com, 2022	 Figura 22 - Quindim Imagem disponível em: receitas.eduguedes.com, 2024	Receitas provenientes do uso de gema as quais existiam em abundância em mosteiros e igrejas católicas devido ao grande uso de claras com outros propósitos.

Fonte: elaborada pelo autor

Ainda sobre ingredientes utilizados em comum, Brasil e Filipinas utilizam vegetais e proteínas em sua gastronomia, sobretudo em preparações comemorativas familiares. No que diz respeito à técnica para retirar e utilizar algumas das vísceras em determinadas receitas, ambas culturas as utilizam.

Em termos de técnicas, identifica-se que o uso da folha de bananeira como envelope para proteger preparações sobre brasa ou fogões de barro é um ponto em comum tanto no Brasil como nas Filipinas.

No que diz respeito às diferenças, identifica-se algumas em relação à gastronomia brasileira. O *sisig* filipino⁸ assemelha-se ao picadinho de porco brasileiro, contudo há alguns

⁸ Receita de sisig filipino: Ingredientes = 2 kilos de cabeça de porco; 2 colheres de óleo; 2 colheres de alho picado; ½ cebola picada; ¼ de pimentão vermelho picado; ¼ de fígado assado; Patis a gosto (molho de peixe fermentado); 1 copo de vinagre branco; 1 colher de tempero líquido; ½ cubo de caldo de carne; 1 colher de chá de pimenta moída; 2 copos de fundo de sopa; Siling labuyo (variedade de pimenta local) a gosto. Modo de preparo = Asse ou grelhe a cabeça de porco para remover qualquer cabelo. Ferva até estar meio cozida, remova os ossos e corte em cubos. Em uma frigideira, aqueça o óleo e saute o alho, a cebola, o pimentão e o porco e o fígado. Tempere com o patis, vinagre, tempero líquido, caldo de carne e as pimentas. Adicione o fundo

ingredientes que não aparecem na receita brasileira como o molho de peixe fermentado, a pimenta local e o vinagre. Estes não aparecem por serem, justamente, os elementos que singularizam o prato local, sobretudo no uso do ácido como vinagre, destacado assim por Besa e Dorotan “esses pratos nativos compartilham um forte componente ácido, proveniente do vinagre ou frutas azedas, um elemento básico do paladar filipino” (2012, p.68). além do uso de frutos do mar/ peixe ainda que como um sabor secundário dada a natureza de arquipélago do território filipino.

Um exemplo do uso da técnica do ácido no Brasil está na produção do sarapatel que, para no equivalente da culinária filipina, aproxima-se do *bopis*. Luis da Câmara Cascudo, em História da Alimentação no Brasil, registra esse processo

A receita baiana de Manuel Querino deve ser das últimas das últimas do século XIX. – “Sarapatel. Morto o suíno, é recolhido o sangue que jorra da incisão feita com uma faca pontiaguda, em um vaso com vinagre ou sal. Os intestinos são bem lavados com limão e água e depois de aferventados é escorrida a água. O mesmo processo se aplica ao bofe, coração, fígado, rins e língua, conservando se, porém o caldo, já temperado com sal. Isto feito, corta-se tudo pelo miúdo, mistura-se com caldo que fica de reserva e leva-se ao fogo, e, logo que o sarapatel estiver cozido, despeja-se o sangue. Se o sarapatel for consumido no mesmo dia juntam-se após o sangue, os temperos que são os mesmos do mocotó (sal, tomate, cebola, alho, cominho, pimentado-reino e um pouco de vinagre, hortelã e uma folha de louro). Em qualquer circunstância, tempera-se o sarapatel pouco antes de ser ingerido.(CASCUDO, 2011, p.605)

Pelo fragmento percebemos que, na prática gastronômica brasileira, os elementos ácidos são utilizados no cozimento das partes, compondo o caldo base que será utilizado posteriormente. Já a cozinha filipina insere o vinagre ou a fruta ácida no cozimento propriamente dito, junto com os demais temperos.

Brasil e Filipinas desde a colonização fazem uso de pratos à base de peixes de água doce ou salgada sendo estes combinados ou não a outras fontes de proteínas. Câmara Cascudo afirma que no Brasil tal prática articula práticas alimentares dos três principais grupos que compõem a sociedade colonial brasileira, posto que “no Brasil, o pescado tem o gabo natural porque indígenas, africanos e portugueses são ictiógrafos convictos.”(CASCUDO,2011, p.613).

Há também o uso do feijão. Em prato como *humba*, este pode ser a depender da região, substituído por amendoim. Um diferencial em relação ao Brasil no qual o feijão é servido em maior quantidade e pouco líquido, nas Filipinas, o feijão é ingrediente secundário, servido em quantidades menores e geralmente presente em sopas e ensopados.

É importante destacar que à época das navegações dos séculos XV e XVI, o mundo ibérico consistia na confluência de muitas culturas, entre elas, os grupos árabes que ocuparam a península ibérica até o século XI. Quando se fala de portugueses e espanhóis desbravando mares, colonizando regiões como Brasil e Filipinas é importante perceber que a cultura moura também se fazia presente nas embarcações no imaginário, na cultura e nos hábitos dos sujeitos daquele tempo, tal como destacado por Câmara Cascudo

A participação espanhola e a portuguesa até certo ponto se confunde nasemelhança cozinheira. Ambos tiveram o árabe e com ele a devoção do azeite deoliveira, cebola, alho, as frutas cítricas, o arroz, as papas de

cereais.O porco era,para os habitantes da península, um sabor anterior ao domínio mouro que odetestava. (CASCUDO, 2011, p.660)

Logo ainda que de forma dissolvida a influência árabe se enraizou tanto pela colonização quanto pela presença posterior dos mesmos no território brasileiro e filipino. Ingredientes provenientes da Ásia os quais eram presentes nas Filipinas dado as relações comerciais com a China antes da colonização espanhola também se fizeram presentes no Brasil devido as interações comerciais de Portugal na Ásia durante o período da expansão marítima.

A técnica de preparo de embutidos também compõe a herança compartilhada por brasileiros e filipinos. Os preparos do chouriço brasileiro e da *longanisa* filipina são descritos, respectivamente, a seguir

O chouriço brasileiro é a morcela portuguesa sem a tripa envolvedora e defensiva. Fica uma massa negra, doce e picante, comida a colher, com farinha seca. Nunca ouvi dizer “chouriça” mas sempre “chouriço”. Não corresponde ao chouriço lusitano que se aproxima da linguiça, servida sempre assada ou cozida. (CASCUDO, 2011, p.602)

Caso houvesse mais do que suficiente para fazer adobo ou estofado, então o porco era picado, temperado e colocado em tripas limpas para fazer a longanisa que era curada por vários dias. Poderia ser temperada com muito alho, para fazer recado ou doce e azedo para fazer jamonado. (ABIVA,SUBIDA, 1994, p.64)

No primeiro trecho, Câmara Cascudo diferencia morcela e chouriço, destacando aspectos ligados à carne utilizada e sabor característico, fato que também é destacado no segundo trecho. Percebe-se ainda que, com nomenclaturas diferentes, a forma como os embutidos são preparados são típicos da península ibérica.

No tópico relativo às sobremesas, identifica-se que as equivalências são quase completas. As diferenças, resumem-se à nomenclatura ou quando há necessidade de adaptar ingredientes (acrescentar ou substituir), do formato e/ou textura da receita base. Para exemplificar, temos o bolo de macaxeira que, no equivalente filipino denomina-se *cassava cake*. Para além da alteração no nome que transforma-se para bolo de mandioca, em virtude da influência norte-americana, a esta receita é acrescido queijo e maior volume de leite de coco, resultando em um bolo com textura mais cremosa e com tamanho menor, quando comparado ao bolo de macaxeira brasileiro.

3 CONCLUSÃO

Brasil e Filipinas compartilham experiências históricas que marcam suas formações sociais. Além disso, suas localizações geográficas, atravessadas pela Linha do Equador propiciam similaridades climáticas e de solo.

Em relação à gastronomia, desde a ação colonizadora do século XV e XVI, estas duas regiões puderam entrar em contato, através de pessoas e/ou mercadorias. Essa aproximação promoveu trocas de informações, conhecimentos, técnicas de preparo.

O estudo demonstrou que a comida vai além de uma necessidade fisiológica, desempenhando um papel simbólico e social. O hábito de oferecer comida como sinal de hospitalidade, comum tanto no Brasil quanto nas Filipinas, e as semelhanças no uso de

ingredientes e técnicas de preparo bem como a similaridade de algumas preparações reforça o surgimento de cozinhas com traços parecidos apesar da distância geográfica.

No contexto atual, a valorização das identidades gastronômicas tem sido uma tendência crescente na alta gastronomia e no turismo cultural. A partir dos achados desta pesquisa, surgem possibilidades para futuras investigações, como a influência contemporânea das cozinhas brasileira e filipina na gastronomia internacional e a reinterpretação de pratos tradicionais por chefs modernos. Além disso, o intercâmbio gastronômico entre os dois países pode ser incentivado por meio da difusão de suas culinárias em eventos, festivais e parcerias entre restaurantes.

Dessa forma, este estudo não apenas amplia o conhecimento sobre a formação da gastronomia filipina e brasileira, mas também contribui para a valorização dessas cozinhas no cenário global. Compreender essas conexões históricas permite que tradições alimentares sejam preservadas e, ao mesmo tempo, reinventadas, garantindo sua continuidade e relevância no mundo contemporâneo.

REFERÊNCIAS

- ABIVA, Cris; SUBIDA, Rory C. **The Filipino Cookbook: the Maya kitchen**. Manila: Anvil Pub., 1994.
- ALEIXO, José Carlos Brandi, CASEMENT, Susan, FERREZ, Sergio. **Relations Between Brazil and Philippines: an overview**. FUNAG, 2010.
- BESA, Amy; DOROTAN, Romy; OSHIMA, Neil. **Memories of Philippine Kitchens: stories and recipes from far and near**. Rev. and updated. New York: Stewart, 2012.
- CASCUDO, Luís da Câmara. **História da Alimentação no Brasil**. 4ª edição. São Paulo: Global editora, 2011.
- CONSTANTINO, Renato, CONSTANTINO, Letizia. **The Philippines: a past revisited**. Quezon City: R. Constantino, 1975.
- FERNANDEZ, Doreen. G. **Tikim: Essays on Philippine Food and Culture**. Boston: Brill, 2019.
- FREYRE, Gilberto; CARDOSO, Fernando Henrique; FONSECA, Edson Nery da; *et al.* **Casa-grande & senzala: formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal**. 51ª edição, 10ª reimpressão. São Paulo: Global Editora, 2006. (Introdução à história da sociedade patriarcal no Brasil, 1).
- REYES, V. **Filipinas: país latino en Asia**. *Estudios Internacionales*, [S. l.], v. 33, n. 129, p. 76–89, 2000. DOI: 10.5354/0719-3769.2000.14979. Disponível em: <https://revistaei.uchile.cl/index.php/REI/article/view/14979>. Acesso em: 19 sep. 2024.

Anexo A – Tabelas

Tabela 1 – Pratos à base de carne

Tabela 2 – Pratos à base de vegetais

Tabela 3 – Sobremesas