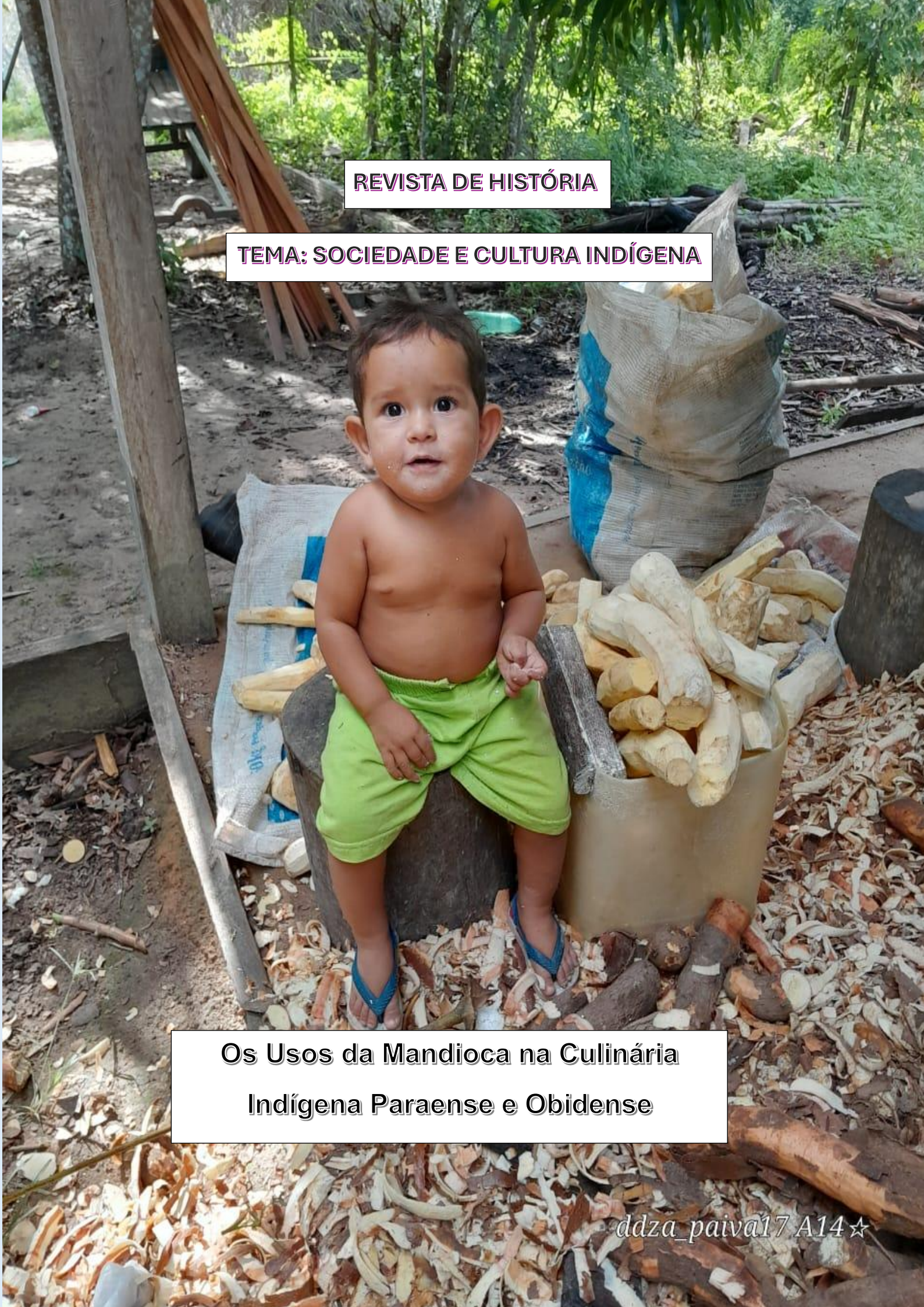


A young child with dark hair and large eyes is sitting on a large, dark wooden stump. The child is wearing bright green shorts and blue flip-flops. To the right of the child is a large, light-colored bag filled with cassava roots. The ground is covered with a thick layer of cassava peels and shavings. In the background, there are trees and a wooden structure. The scene is outdoors, likely in a rural or indigenous setting.

REVISTA DE HISTÓRIA

TEMA: SOCIEDADE E CULTURA INDÍGENA

Os Usos da Mandioca na Culinária
Indígena Paraense e Obidense



ESCOLA ESTADUAL DE ENSINO MÉDIO PROF. MAURÍCIO HAMOY

DIRETOR: DANIEL MENEZES BENTES

VICE-DIRETORA: MARIA GRACILDA DE A. SILVA BERNARDO

PROFESSOR: MARCIO RUBENS DA SILVA GOMES

COMPONENTE CURRICULAR: HISTÓRIA GERAL

TURMA: 203 Manhã / 2025



Os Usos da Mandioca na Culinária
Indígena Paraense e Obidense

Editorial

A raiz que alimenta identidades

A mandioca é muito mais do que um alimento. Em cada pedaço dessa raiz, há séculos de história, resistência e sabedoria. Esta edição da Revista de História celebra um dos maiores símbolos da cultura amazônica — a mandioca — e o papel essencial que ela ocupa na culinária do povo obidense.

De origem ancestral, a mandioca atravessou o tempo como um elo entre os povos originários e as gerações atuais. No território de Óbidos, às margens do grande Amazonas, ela se transformou em alimento, memória e tradição. Nas mãos dos povos Tiriyó, e de tantas outras comunidades, o cultivo e o preparo da mandioca expressam respeito à terra, ao trabalho coletivo e ao conhecimento transmitido de pais para filhos.

Nesta edição, mergulhamos nos sabores, nas técnicas e nas histórias que envolvem essa raiz. Exploramos como ela sustenta economias locais, fortalece laços comunitários e inspira novas formas de valorização da cultura alimentar. Das casas de farinha ao tucupi fervente, das receitas tradicionais às celebrações coletivas, a mandioca revela um modo de vida que resiste às mudanças do tempo e reafirma o orgulho de ser paraense.

Mais do que recontar uma tradição, esta revista convida o leitor a refletir sobre a importância de preservar esses saberes — patrimônio vivo de um povo que transforma o simples em sagrado, o cotidiano em cultura, e o alimento em identidade.

Anna Clara da Silva Matos

Os Usos da Mandioca na Culinária Indígena Paraense e Obidense



A mandioca é um dos alimentos mais importantes da cultura brasileira, especialmente na região Amazônica, onde desempenha um papel central na culinária indígena e obidense.

Em Óbidos, cidade histórica localizada às margens do Rio Amazonas, a mandioca não é apenas um ingrediente; é parte de uma herança cultural transmitida por gerações, desde os povos originários até as comunidades ribeirinhas e urbanas atuais.

Os povos da comunidade Tiriýó, com sua rica tradição alimentar, contribuiu significativamente para a disseminação de técnicas de preparo que permanecem vivas até hoje. O cultivo, processamento e uso da mandioca revelam práticas que unem sustentabilidade, saberes ancestrais e sabor.

Esta Revista de História, busca apresentar como esse alimento está enraizado na identidade local, abordando desde sua origem indígena até sua presença na culinária contemporânea de Óbidos.

A Importância da Mandioca para os Povos Indígenas

A história da mandioca remonta a tempos pré-coloniais, quando os povos indígenas da Amazônia já a cultivavam e processavam de formas engenhosas. Para eles, a mandioca não era apenas alimento, mas também elemento de rituais e lendas. Segundo tradições

orais, ela teria sido um presente dos deuses, garantindo sustento mesmo em tempos difíceis.

Os povos Tiriýó, presentes na região de Óbidos, na fronteira com o Suriname, mantêm viva essa herança. Conhecidos pelo domínio do cultivo e pelo uso integral da planta, eles desenvolveram técnicas para extrair o tucupi, produzir farinha seca e mista e criar alimentos de longa durabilidade. O processamento cuidadoso, que inclui a retirada do veneno natural presente na raiz brava, demonstra a sabedoria acumulada ao longo de gerações.

Assim, cada alimento feito de mandioca carrega uma narrativa que liga passado e presente, tradição e inovação, mantendo a culinária indígena como patrimônio imaterial e base para a alimentação regional.

Influência Indígena na Culinária Obidense



A gastronomia de Óbidos carrega, de forma marcante, a influência das práticas indígenas. As técnicas de preparo e conservação dos alimentos, a valorização de produtos da floresta e o aproveitamento integral da mandioca são legados que se perpetuaram ao longo dos séculos.

A farinha de mandioca, considerada uma das melhores do país, é resultado de processos transmitidos pelos povos originários e aprimorados pelas gerações seguintes. Além disso, pratos como

tapiocas, beijus e caldos de tucupi mostram como a herança indígena se incorporou ao cotidiano culinário obidense, tornando-se símbolo de identidade regional.

A Mandioca na Culinária Obidense

A culinária obidense é marcada por um encontro de influências indígenas, negra, ribeirinhas e caboclas, tendo a mandioca como base de inúmeras receitas. Este alimento se tornou essencial para a economia local e para a identidade gastronômica da cidade, presente tanto na mesa das famílias quanto em festividades culturais.

Um dos produtos mais apreciados é a farinha de mandioca, especialmente a farinha d'água, considerada uma das melhores da Amazônia. Seu processo de produção envolve etapas minuciosas, como fermentação e torrefação, herdadas dos povos indígenas, mas aprimoradas com técnicas contemporâneas.

Além dela, se destacam derivados tradicionais: **Beiju**: espécie de panqueca feita com a goma da mandioca, que pode ser assada na chapa e servida pura ou com recheios locais, como o tucumã.



A **Tapioca**: é fina e flexível, também preparada com a goma fresca, consumida no café da manhã ou em lanches.

Goma fresca ou Tapioca ou ainda, Fécula de Mandioca: é obtida da decantação da mandioca ralada, é a base para beijus, tapiocas e mingaus.

Tucupi: é o líquido extraído da mandioca brava e fermentado, depois fervido para retirar a toxidade. É usado em pratos típicos como o **pato no tucupi**, e também muito utilizado para fazer o famoso molho

com pimenta, consumido diariamente pelas famílias obidenses, tradição que veio dos indígenas e permanece viva em Óbidos.



Entre os pratos de maior destaque está a **maniçoba**, preparada com folhas da mandioca brava moídas e longamente cozidas, prática indígena que simboliza a paciência e a sabedoria no uso da planta. Outro exemplo é o **caldo de tucupi com camarão conhecido na região como o Tacacá**.

A mandioca também dá origem a sobremesas criativas, como o **bolo**

de macaxeira, o **pudim de tapioca** e o **mingau de farinha d'água**, revelando sua versatilidade. Em Óbidos, cada preparo é mais que alimento: é memória viva da relação entre os povos indígenas e a floresta, reafirmando a mandioca como raiz da identidade cultural local.

Sabores da Tradição

Receitas

Bolo de Macaxeira (Aipim/Mandioca)

Ingredientes:

- ✓ 1,5 kg de macaxeira ralada (crua)
- ✓ 500 g de açúcar mascavo ou cristal
- ✓ 200 ml de leite de coco fresco
- ✓ 3 colheres (sopa) de manteiga
- ✓ 3 ovos inteiros
- ✓ Pitada de sal

Modo de preparo:

1. Rale a macaxeira crua e esprema para retirar o excesso de líquido.
2. Misture em uma tigela com os ovos, o leite de coco, a manteiga e o açúcar.

3. Bata bem até formar uma massa homogênea.
4. Despeje em uma assadeira untada com manteiga e leve ao forno médio (180 °C) por cerca de 40 a 50 minutos.



Mingau de Farinha d'Água (Caribé)

Ingredientes:

- ✓ 1 xícara de farinha d'água de mandioca (bem fina)
- ✓ 4 xícaras de água ou leite (ou metade de cada)
 - ✓ 3 colheres (sopa) de açúcar
 - ✓ 1 pitada de sal
- ✓ Canela em pó a gosto (opcional)

Modo de preparo:

1. Leve ao fogo a água (ou leite) até ferver.
2. Acrescente a farinha d'água, mexendo sempre para não empelotar.
3. Adicione o açúcar e uma pitada de sal.
4. Cozinhe até engrossar, formando um mingau cremoso.
5. Sirva quente, polvilhado com canela ou acompanhado de peixe assado, como fazem algumas famílias ribeirinhas.

Maniçoba Tradicional

Ingredientes:

- ✓ 2 kg de folhas de mandioca brava moídas (já trituradas e lavadas)
- ✓ 1 kg de carnes salgadas variadas (charque, costela de porco).
 - ✓ 3 folhas de louro
- ✓ 1 cebola grande picada (opcional, influência cabocla)

✓ Sal a gosto

Modo de preparo:

1. Cozinhe as folhas de mandioca moídas em bastante água, em panela grande, por pelo menos **7 dias**, fervendo continuamente (sempre repondo água) até perder a toxicidade.
2. No quinto dia de cozimento, junte as carnes já dessalgadas e pré-cozidas.
3. Continue o cozimento lento, mexendo de vez em quando.
4. Sirva bem quente, acompanhado de arroz branco, farinha d'água e pimenta-de-cheiro.

Técnicas Tradicionais de Preparo

As técnicas de preparo da mandioca utilizadas em Óbidos têm raízes profundas nas práticas indígenas, especialmente no conhecimento do povo Tiriyó. Desde a colheita até o consumo, há um respeito pelo processo que garante a segurança alimentar e o sabor característico de seus derivados.

A mandioca brava, por exemplo, precisa passar por processos de trituração, prensagem e torrefação para eliminar o ácido cianídrico, uma substância tóxica. As casas de farinha, muito comuns nas comunidades rurais e ribeirinhas, funcionam como verdadeiros espaços culturais, onde famílias e vizinhos se reúnem para preparar grandes quantidades de farinha e outros derivados.

O tucupi, líquido extraído da mandioca, passa por fervura prolongada antes de ser utilizado em pratos como caldos e cozidos. Já a goma é usada na preparação de tapiocas e beijus, que podem ser doces ou salgados, simples ou recheados, dependendo da ocasião.

Essas práticas não apenas preservam a tradição, mas também fortalecem a economia local, mantendo vivo um modo de produção artesanal que atravessou gerações.

Valor Cultural e Econômico da Mandioca em Óbidos



A mandioca, além de alimento, representa um pilar cultural para as comunidades indígenas e obidenses. Sua presença na culinária do dia a dia vai muito além da nutrição; está ligada às tradições, às memórias familiares e às celebrações coletivas que marcam o calendário cultural da cidade.

A farinha de mandioca, por exemplo, é tão valorizada que muitas famílias mantêm métodos próprios de produção, passando-os de geração em geração como um patrimônio imaterial. Do

ponto de vista econômico, a mandioca também desempenha papel fundamental.

Pequenos produtores rurais abastecem feiras, mercados e restaurantes locais, movimentando a economia e garantindo renda para centenas de famílias. Em festivais gastronômicos e eventos culturais, como a Festa do Çairé e o Círio de Nazaré, a mandioca e seus derivados são protagonistas, atraindo turistas e fomentando o comércio regional.

Essa relação entre cultura, tradição e economia revela como um único ingrediente pode sustentar modos de vida, fortalecer identidades e contribuir para o desenvolvimento sustentável de uma cidade que mantém vivas as raízes indígenas de sua história.

Considerações Finais e Preservação Cultural

A história da mandioca na culinária indígena e obidense demonstra como a alimentação pode ser muito mais do que uma necessidade biológica; ela é também memória, identidade e resistência cultural.

O povo Tiriýó, entre outros grupos indígenas, preservou saberes que atravessaram séculos e hoje continuam presentes na gastronomia de Óbidos, adaptando-se sem perder sua essência.

Contudo, é fundamental que essas tradições sejam valorizadas e preservadas frente aos desafios contemporâneos. A expansão de alimentos industrializados e a perda de práticas agrícolas tradicionais ameaçam a continuidade de receitas, modos de preparo e rituais que envolvem a mandioca. Investir em políticas de valorização cultural, incentivo ao turismo sustentável e apoio a pequenos produtores é essencial para manter vivas essas heranças.

Assim, esta Revista se propõe não apenas a registrar a importância da mandioca, mas também a provocar uma reflexão sobre a preservação dos saberes tradicionais e sua relevância para o futuro. Em cada prato típico de Óbidos, há uma história a ser contada e celebrada – uma história que começa na terra, passa pela mesa e se eterniza na cultura de seu povo.

Fim

INFORMAÇÕES TÉCNICAS

DIAGRAMAÇÃO

Marcio Rubens da Silva Gomes

ENREDO

Anna Clara da Silva Matos

Paula Andréia Barbosa da Silva

Graziele Siqueira Vinente

CORREÇÃO

Prof.^a Josebeth Lima Barbosa Galate

Curso de letras com licenciatura

Plena em Língua Portuguesa e

Especialista em Metodologia em

Língua Portuguesa e Literatura.

IMAGENS

Paula Andréia Barbosa da Silva

ALUNOS COLABORADORES

Albert Sousa Marques

Anna Clara da Silva Matos

Crislane Vitória Ferreira da Silva

Graziele Siqueira Vinente

Kezia Silva de Lima

Paula Andréia Barbosa da Silva

Pedro Lucas da Rocha Imbituba

Suyanne Barbosa da Silva

João Guilherme Reis da Silva