



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO NORTE DO TOCANTINS
CENTRO DE CIÊNCIAS INTEGRADAS DE ARAGUAÍNA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM LICENCIATURA EM GEOGRAFIA**

SUZANA DA SILVA NASCIMENTO

**SABORES DO QUILOMBO DONA JUSCELINA: POTENCIALIDADES
GASTRONÔMICAS E A VALORIZAÇÃO CULTURAL, EM
MURICILÂNDIA (TO) (2025).**

Araguaína -TO

2025

SUZANA DA SILVA NASCIMENTO

**Sabores do Quilombo Dona Juscelina: Potencialidades
Gastronômica e a Valorização cultural em Muricilândia (TO) (2025).**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC)
apresentado na Universidade Federal do Norte do
Tocantins (UFNT), no Centro de Ciências
Integradas (CCI), para obtenção de título de
Licenciada em Geografia.

Orientadora: Profa. Dra. Kênia Gonçalves Costa.

Araguaína, TO

2025

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Sistema de Geração de Ficha Catalográfica SGFC-UFNT
Gerado automaticamente mediante os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

N244s Nascimento, Suzana da Silva.

Sabores do Quilombo Dona Juscelina: Sabores
Potencialidades Gastronômica e a Valorização cultural em
Muricilândia (TO) (2025). / Suzana da Silva Nascimento. -
Centro de Ciências Integradas - CCI, TO, 2025.
64 f.

Monografia de Especialização (Graduação - em Geografia)
-- Universidade Federal do Norte do Tocantins, 2025.

Orientadora: Kênia Gonçalves Costa.

1. Gastronomia quilombola. 2. Identidade cultural. 3.
Patrimônio imaterial.

CDD 910

TODOS OS DIREITOS RESERVADOS – A reprodução total ou parcial, de qualquer forma ou por qualquer meio deste documento é autorizado desde que citada a fonte. A violação dos direitos do autor (Lei nº 9.610/98) é crime estabelecido pelo artigo 184 do Código Penal.

Suzana da Silva Nascimento

**Sabores do Quilombo Dona Juscelina: Potencialidades
Gastronômica e a Valorização cultural em Muricilândia (TO) (2025).**

Trabalho de conclusão de curso apresentada à UFNT – Universidade Federal do Norte do Tocantins – Centro de Ciências Integradas (CCI) – Araguaína (TO) Curso de Licenciatura em Geografia, foi avaliado para obtenção do título de Licenciada e aprovada em sua forma final pela Orientadora e pela Banca Examinadora.

Data de aprovação: ____ / ____ / ____

Banca Examinadora

Profa. Dra. Kênia Gonçalves Costa, UFNT (Orientadora)

Prof. Dr. Luiz Gustavo Meira Barros, UFNT (Avaliador Interno)

Profa. Ms. Elaine da Silva Sousa, SEDUC-TO/UFG (Avaliadora Externa)

"A educação é a chave para o desenvolvimento, mas é preciso que ela seja uma educação que respeite a identidade e a cultura do povo" (Milton Santos, 1980-1990). Agradeço por ter tido a oportunidade de realizar esta educação e por ter contribuído para o desenvolvimento da minha comunidade.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus familiares, em especial minha mãe e meu esposo, por todo apoio e dedicação. Sem vocês, não seria possível conciliar estudos e estágio em outra cidade. Obrigada por cuidarem do meu filho enquanto eu me dedicava aos estudos e por sempre me motivar a não desistir dos meus sonhos.

Agradeço ao poder público municipal por fornecer transporte gratuito, permitindo que eu realizasse meus estudos com mais tranquilidade, mesmo morando longe da universidade.

Agradeço a todos do meu Quilombo Dona Juscelina, que contribuíram neste trabalho, onde me orgulho de pertencer, por fornecer dados e informações valiosos para o desenvolvimento do meu trabalho.

Agradeço a minha orientadora Kênia Costa pelo apoio e pelo compartilhamento de conhecimento em me orientar no desenvolvimento do meu trabalho.

Como disse Milton Santos (1990). "A geografia é uma ciência que estuda a relação entre o homem e o meio, e é através dessa relação que podemos entender melhor o mundo em que vivemos". Esse trabalho é fruto dessa relação e espero que possa contribuir para uma melhor compreensão do nosso território e das nossas comunidades.

Muito obrigada a todos que fizeram parte dessa jornada!

RESUMO

As habilidades culinárias e a importância cultural do Quilombo Dona Juscelina, situado na cidade de Muricilândia, no estado do Tocantins em 2025, este é um trabalho procurou entender como as tradições alimentares e os conhecimentos culinários tradicionais estão ligados à identidade, à memória e à resistência cultural da comunidade quilombola, além de sua relevância para o fortalecimento do turismo comunitário. A abordagem metodológica utilizada foi qualitativa, fundamentada em entrevistas semiestruturadas conduzidas com as residentes da comunidade, observação direta e documentação fotográfica, permitindo a compreensão das rotinas diárias e dos significados simbólicos associados à alimentação. A culinária quilombola é vista como um patrimônio cultural imaterial, principalmente passado de geração em geração principalmente pelas mulheres, que têm um papel crucial na manutenção e propagação dos conhecimentos e práticas tradicionais. Visto que pratos como o cuscuz de arroz, o feijão trepa-pau e o farofão do café da manhã, juntamente com a utilização de ingredientes locais como o urucum, cheiro verde e o sal artesanalmente temperado, evidenciam a riqueza e a singularidade da culinária quilombola. Observou-se também que as festividades, como o Festejo da Abolição, reforçam o sentido de coletividade e pertencimento, evidenciando que o alimento é também um meio de expressão cultural e de celebração da ancestralidade. A culinária do Quilombo Dona Juscelina é uma expressão significativa da identidade afro-brasileira e se apresenta como um atrativo potencial para o crescimento do turismo comunitário. A apreciação dessas tradições alimentares pode auxiliar no desenvolvimento social, econômico e cultural da comunidade, incentivando o reconhecimento e a conservação de seu patrimônio.

Palavras-chaves: Gastronomia quilombola. Identidade cultural. Patrimônio imaterial.

ABSTRACT

The culinary skills and cultural importance of the Quilombo Dona Juscelina, located in the city of Muricilândia, in the state of Tocantins in 2025, form the basis of this study, which sought to understand how traditional food practices and culinary knowledge are connected to the identity, memory, and cultural resistance of the quilombola community, as well as their relevance to strengthening community-based tourism. The methodological approach used was qualitative, grounded in semi-structured interviews conducted with female residents of the community, direct observation, and photographic documentation, allowing for an in-depth understanding of daily routines and the symbolic meanings associated with food. Quilombola cuisine is regarded as an intangible cultural heritage, transmitted mainly from generation to generation by women, who play a crucial role in maintaining and disseminating traditional knowledge and practices. Dishes such as rice couscous, feijão trepa-pau, and the traditional *farofão* served at breakfast, along with the use of local ingredients such as urucum, *cheiro-verde*, and handcrafted seasoned salt, highlight the richness and uniqueness of quilombola gastronomy. It was also observed that festivities such as the Festejo da Abolição reinforce the sense of collectivity and belonging, showing that food is also a means of cultural expression and a celebration of ancestry. The cuisine of Quilombo Dona Juscelina represents a significant expression of Afro-Brazilian identity and emerges as a potential attraction for the development of community-based tourism. Appreciating these food traditions can contribute to the social, economic, and cultural development of the community, encouraging the recognition and preservation of its heritage.

Key-words: Quilombola gastronomy, Cultural identity, Intangible heritage

LISTA DE FIGURAS

	Página
Figura 01. Localização da até de estudo	11
Figura 02. Certificação do Quilombo Dona Juscelina	12
Figura 03. 52ª Festa da Abolição	22
Figura 04. Momento da representação dos negros na festa	23
Figura 05. canteiros de cheiro verde	27
Figura 06. Pés de pimentas	28
Figura 07. Feijões	29
Figura 08. Pé de abobora	29
Figura 09. Baião de dois	37
Figura 10. Feijão Trepá-pau	37
Figura 11. Azeite de coco babaçu	37
Figura 12. Munguzá	38
Figura 13. Cuscuz de arroz com massa caseira.	39
Figura 14. Beiju de coco frito no óleo de coco babaçu	40
Figura 15. Cuscuz de milho feito no pano de prato	41
Figura 16. Urucum	42
Figura 17. Sal temperado	42
Figura 18. Horta comunitária	43
Figura 19. Farofão	44

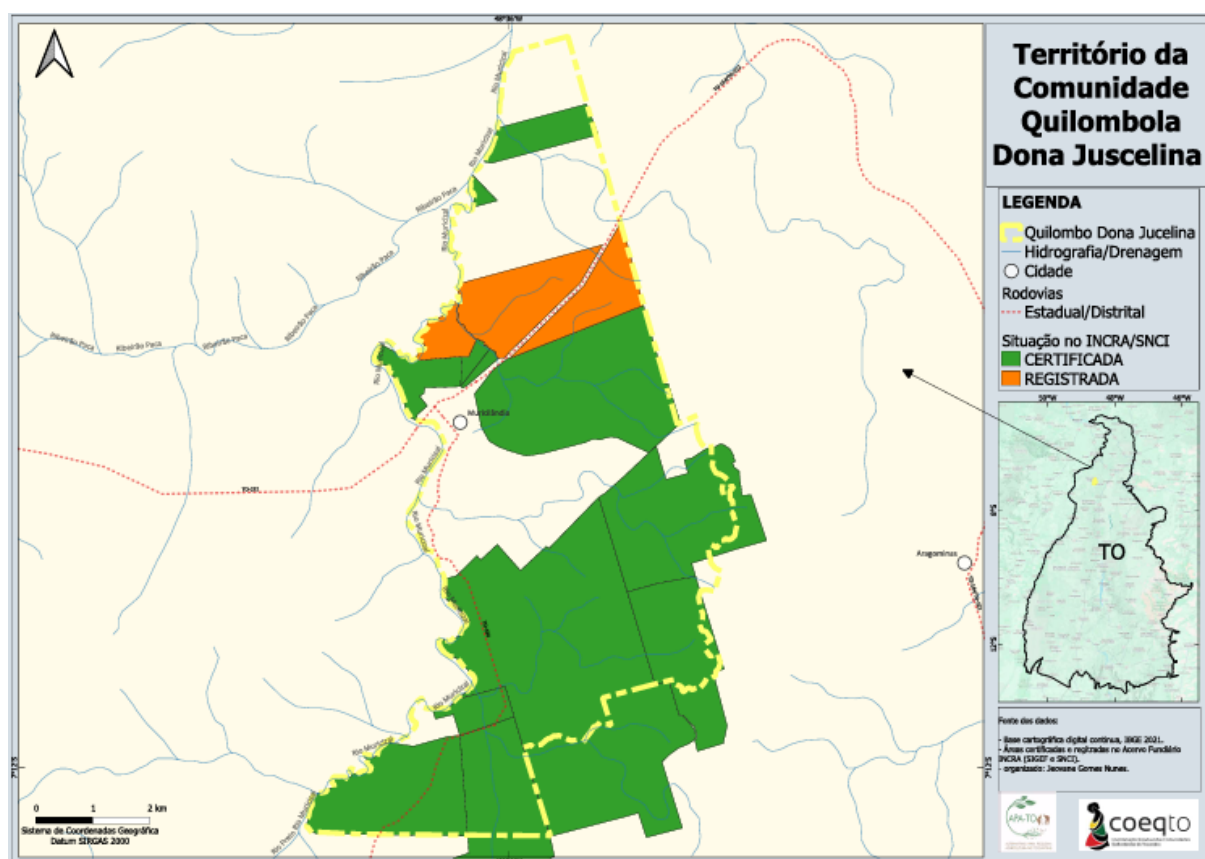
SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	11
2. RESILIÊNCIA DE UM POVO NO QUILOMBO DONA JUSCELINA	20
2.1. O FESTEJO DA ABOLIÇÃO	21
2.2. O CULTIVO NOS QUINTAIS DA COMUNIDADE	25
2.3. A COMUNIDADE DONA JUSCELINA E SUAS TRADIÇÕES	30
3. SABORES DO QUILOMBO DONA JUSCELINA.....	35
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	45
REFERÊNCIAS.....	47
APÊNDICE	49
APÊNDICE 01. ROTEIRO DE PERGUNTAS PARA DAS ENTREVISTAS.....	49
APÊNDICE 02. RECEITAS.....	50

1. INTRODUÇÃO

O Quilombo Dona Juscelina é uma comunidade que surge por pessoas em busca pela sua sobrevivência, eles migraram para encontrar uma terra que permitisse cultivar seus alimentos, essas pessoas têm suas comidas, com receitas que foram transferidas ao longo de gerações, assim refletindo as práticas e o conhecimento que representam a história desse povo na região. Este trabalho busca explorar o potencial no desenvolvimento da gastronomia sobre a rota de sabores na preservação das tradições culturais. Visto a seguir a área de pesquisa deste trabalho (Figura 01).

Figura 01. Localização da área de estudo



Muricilândia está no Norte do estado do Tocantins, fazendo divisa com os municípios de Aragominas, Santa Fé do Araguaia e Araguaína a cidade está a 62 km da cidade de Araguaína cidade polo para o município e a 419 km da capital Palmas. E tem sua economia na agropecuária com destaque na criação de gado e produção de grãos.

Visto que em Muricilândia está localizado o Quilombo Dona Juscelina tendo

uma associação que tem a certificação pela Fundação Palmares (Figura 02).

Figura 02. Certificação do Quilombo Dona Juscelina

The image shows two documents from the Fundação Palmares. The left document is a 'CERTIDÃO DE AUTODEFINIÇÃO' (Certificate of Self-Definition) issued by the Departamento de Proteção ao Patrimônio Afro-Brasileiro. It certifies the Quilombo Dona Juscelina, located in the Municipality of Mucilandia/PTO, as a remnant community. The right document is a 'COMPROVANTE DE INSCRIÇÃO E DE SITUAÇÃO CADASTRAL' (Certificate of Registration and Cadastre Situation) for the same quilombo. It contains fields for registration number, name, address, and contact information, all filled out for the Quilombo Dona Juscelina. The documents are signed by Edvaldo Mendes de Araújo, President of the Fundação Palmares.

Fonte: Autora (2025)

O presente trabalho retrata brevemente o contexto histórico, onde as comidas continuam fazendo parte na vivência do Quilombo Dona Juscelina, ressaltando a cultura dos(as) quilombolas, porém manter essa cultura é um desafio enfrentado pela comunidade, onde a relação está diretamente ligada com seu território, assim como as práticas de preservação ambiental, a luta pela regularização fundiária e o reconhecimento racial como uma comunidade quilombola, é um contexto que pode ser recorrente.

Sousa (2023) destaca que o Festejo da Abolição é sempre realizado em maio na Comunidade Quilombola Dona Juscelina, ressaltando a maior protagonista a matriarca Lucelina Gomes Dos Santos¹, que ficou conhecida como Dona Juscelina,

¹ Lucelina Gomes dos Santos será apresentada neste trabalho com Dona Juscelina como sempre foi reconhecida socialmente.

nasceu na cidade de Nova York (MA) e chegou em Murici da Velha, em 2 de outubro de 1962, área ligada ao povoado Morro da Velha, atualmente Aragominas, comunidade que deu origem às cidades próximas.

A comunidade romeira negra que vivia no centro nas margens do rio Murici e cultivava as terras ao seu entorno, continuava com as orientações da romeira migrante Dona Antônio Barros que a reza e a penitência era o que trazia para essa terra o “bem viver” (Acosta, 2016). Após receber a tradição de celebrar a libertação do povo negro de seu tio, a matriarca que saiu com a família de Pastos Bons (MA), viveu em Dianópolis (antigo Goiás hoje Tocantins). nesta localidade não se sentiu com confiança para realizar o festejo por ser uma área de garimpo, chega no Murici da Velha e sente em seu coração que ali era seu lugar de mulher, romeira, migrante, quebradeira de coco e parteira e festeira da Abolição.

Esta mulher convence sua família para se juntar a uma irmã que já vivia no centro as margens do rio Murici, somando a tradição de Romeira de Dona Antônio Barros a sua tradição ancestral de celebração da liberdade do povo negro. Vale ressaltar que Dona Juscelina falece em 03 de julho de 2021, mas sua tradição permanece na comunidade e nas vivências quilombolas.

A Festejo da Abolição se realiza no dia 13 de maio em Muricilândia (TO) com alvorada, ato religioso, teatro a céu aberto, cortejo de celebração e para finalizar há apresentações locais quilombolas, falas de agradecimentos e um jantar oferecido gratuitamente a todas as pessoas presentes (Ribeiro; Costa; Chaves, 2021). Vale dizer que foi acrescida um momento anterior para discussões, apresentações de pesquisas que é o Seminário de Cultura Afro-brasileira e Quilombola (Oliveira; Silva; Costa, 2020). Esses momentos são realizados no intuito visibilizar uma tradição ancestral vinda com a Matriarca Dona Juscelina, ao longo dos 52 anos de festejo realizado, a presença de representantes públicos das comunidades em geral amplia-se gradativamente. Essa manifestação sociocultural está fortemente ligada à alimentação, dando início a partir das 5h (cinco horas) da manhã com a alvorada, tambores, com a comunidade e alguns visitantes que já chegam para festejar a abolição.

Conforme Oliveira, Silva, Costa (2020, p. 202-203)

[...] A noite foi curta. Às quatro horas da manhã os rojões anunciavam que o quilombo estava em festa! Coração saltitando no ritmo dos rojões e das batidas dos tambores: o cortejo da Alvorada da Abolição – a anunciação! Emocionante ouvir os quilombolas entoarem cantos que denotam o desejo de liberdade, igualdade, de identidade. Reclamam os direitos contidos ainda

somente no papel, e dizem que lutas devem ser organizadas e fortalecidas para o alcance destes direitos. O grupo do cortejo estava sendo puxado pela presidente, sua irmã e outras mulheres quilombolas pelas ruas da cidade, além de alguns homens e crianças. Janelas e portas se abriam e muitos seguiam os tambores a tocar cantos [...].

As vezes que participo das alvoradas são servidas as comidas como cuscuz, carne que ficou da noite anterior com farinha, as pessoas sempre falam que deve levar comida que estava sobrando em suas casas para compartilhar, sendo uma das memórias gastronômicas que remete a época em que as pessoas que saíam para trabalhar no roçado tinham que comer comida pesada, para aguentar o trabalho.

Há uma programação que antecede o dia 13 de maio, com discussões realizadas no seminário e as atividades socioculturais como cantos e danças. Todas essas atividades também simbolizam um período de desafios e conquistas para os descendentes africanos que, após séculos de opressão, conseguiram construir e preservar suas próprias comunidades, como é o caso do Quilombo Dona Juscelina. A Comunidade Quilombola Dona Juscelina, como muitos outros quilombos, é mais do que uma comunidade geográfica, é um testemunho vivo da luta contínua pela liberdade e pela afirmação da cultura afro-brasileira.

Portanto o Quilombo Dona Juscelina é lembrado até os dias atuais por causa das vivências, da luta pela liberdade, a pesquisa não é apenas uma investigação acadêmica, mas um compromisso com a valorização da diversidade cultural brasileira e o reconhecimento da contribuição histórica e contemporânea das comunidades quilombolas para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

A origem da comunidade está associada à trajetória histórica de um grupo de migrantes nordestinos que vieram dos estados do Maranhão e Piauí. Esses retirantes, que faziam parte da romaria de Padre Cícero, seguiram a orientação da beata e romeira negra Dona Antônia Barros de Sousa rumo ao que se conhece como “Morro Santo Cruzeiro”, esse local representou não apenas uma mudança geográfica, mas também um espaço de significado espiritual e cultural, simbolizando a busca por acolhimento e a preservação de suas tradições.

Segundo Pereira Neto (2021), a ocupação de territórios por grupos tradicionais está diretamente associada à relação com o meio natural, que fornece os recursos necessários à reprodução material e simbólica da vida coletiva, essas pessoas que migraram e encontraram na região do entorno do “Morro Santo” locais para fixar e constituir suas comunidades, desenvolveram uma ação conjunta que levou à criação

de núcleos comunitários.

As pessoas se estabelecem em regiões férteis, adequadas tanto para o cultivo de diversas espécies de vegetais quanto para a criação de animais, esses ambientes favoráveis se tornaram, em muitas situações, um pilar essencial para a sobrevivência e o desenvolvimento social dessas comunidades, assegurando a alimentação e a continuidade das famílias até os dias atuais.

Milhomem (2021) aborda que os alimentos cultivados diretamente da terra vão além de serem uma fonte de sustento para as famílias da comunidade Quilombola Dona Juscelina; eles representam um estilo de vida profundamente ligado às tradições, à história e ao sentido de pertencimento ao território. Nos quintais produtivos, em sua maior parte geridos por mulheres, há uma rica variedade de hortas, tubérculos, frutas e ervas medicinais, que são cultivadas com métodos transmitidos ao longo das gerações.

Segundo Milhomem (2021) esses locais são verdadeiros guardiões de conhecimentos ancestrais, onde as atividades agrícolas se entrelaçam com a culinária tradicional, como no preparo de pratos com temperos naturais, que conferem sabor e identidade a cada refeição, essas tradições expressam o legado das culturas africanas, que procuravam estabelecer-se em áreas produtivas, frequentemente próximas a cursos d'água e fontes, assegurando condições favoráveis para o cultivo de alimentos e a preservação de seus estilos de vida.

Dessa maneira, a agricultura nos pátios/quintais vai além do aspecto econômico: ela representa uma prática cultural e simbólica, impregnada pelos conhecimentos dos *Griôs* e/ou das pessoas mais velhas que englobam não apenas o cultivo e a preparação dos alimentos, mas também as interações de solidariedade, espiritualidade e sentido de comunidade.

A forma como se tempera os alimentos, a atenção dedicada às sementes tradicionais, a seleção dos ingredientes e a disposição do ambiente são manifestações de uma sabedoria antiga transmitida pelas mulheres mais experientes, que com carinho e vivência guiam o dia a dia nutricional das famílias quilombolas.

Vale ressaltar que o Quilombo Dona Juscelina é um exemplo vigoroso da resistência e preservação cultural do Brasil, com suas tradições históricas e de gastronomia mudando por gerações, a riqueza da cozinha local reflete não apenas nos hábitos e conhecimentos tribais, mas também as relações íntimas da comunidade para o uso sustentável de recursos naturais.

Como a gastronomia tradicional do Quilombo Dona Juscelina, em Muricilândia (TO), pode ser compreendida como expressão de identidade cultural, resistência histórica e potencial de valorização sociocultural diante dos desafios da modernidade e da invisibilidade das práticas quilombolas?

Neste contexto o objetivo geral desta pesquisa é compreender as práticas gastronômicas tradicionais do Quilombo Dona Juscelina como expressão de identidade cultural e resistência histórica, analisando seu papel na valorização das tradições, no uso sustentável dos recursos locais e na preservação da memória coletiva no ano de 2025 no município de Muricilândia (TO). Esse caminhar foi possível através dos objetivos específicos:

- Compreender os significados que a culinária tradicional carrega no cenário de festas e comemorações, como a comemoração do 13 de maio.
- Identificar a culinária quilombola como um patrimônio cultural, que auxilia na formulação de reconhecimento do quilombo e apreciação da cultura.

Este estudo agrega valor ao meio acadêmico, apresentando uma perspectiva geográfica e cultural acerca da conexão entre território, identidade e nutrição. A apreciação dos saberes regionais também possibilita que seja valorizada a cultura afro-brasileira e a inclusão das comunidades quilombolas nos debates sobre desenvolvimento sustentável.

Este estudo adquire relevância por ter sido conduzido por mim, uma mulher quilombola e membro da comunidade Dona Juscelina, o dia a dia, a interação direta com os conhecimentos compartilhados por minha mãe, avós e vizinhos, além da vivência em quintais e celebrações tradicionais, proporcionaram uma percepção sensível e engajada com a realidade local. Ao mesmo tempo em que produzo conhecimento científico, busco devolver à minha comunidade o reconhecimento de suas práticas, contribuindo para sua valorização e preservação.

Assim, este trabalho não é somente um estudo acadêmico, mas também uma demonstração de amor, sentimento de pertença e resistência, é uma forma de dar voz e visibilidade a uma cultura rica, viva e essencial para a construção de uma sociedade plural, justa e enraizada em suas memórias.

A metodologia desta pesquisa iniciou-se através de revisão bibliográfica, com busca em repositórios e bases acadêmicas relacionado a temática deste trabalho, assim a metodologia usada neste estudo para entender as práticas gastronômicas do

Quilombo em Muricilândia, em busca de compreender a preservação das receitas e ingredientes locais.

Com os métodos de exploração serão usados para identificar pratos, ingredientes e práticas culturais, mas as descrições permitem o contato com as receitas detalhadas e histórias relacionadas às tradições de gastronomia do Quilombo.

Através das observações dos participantes durante minha vivência neste quilombo, realizei vários registros fotográficos das comidas que serão utilizadas no decorrer do trabalho como momentos de preparação para os pratos, principalmente sobre os pratos tradicionais, e como estão sendo produzidos, assim registrar quais são esses alimentos e seus sentidos culturais.

Através de uma visão geral dos ingredientes locais para a produção tradicional de receitas utilizei, como base, meus familiares que vivem neste quilombo assim identifiquei alguns pratos e temperos usados no preparo das refeições.

A observação participante permitiu através de experiências com as mulheres quilombolas que eu vivenciei e tive a oportunidade de observar a produção nos seus quintais produtivos, que apontam para alternativas na produção de alimentos, sobretudo a partir da perspectiva do bem comum, onde são plantadas uma variedade de alimentos utilizados para fazer as refeições do dia a dia.

A escolha deste tema originou-se da minha experiência pessoal como mulher quilombola e membro da Comunidade Quilombola Dona Juscelina, pois durante minha trajetória, percebi o quanto os hábitos alimentares da minha comunidade têm significados que transcendem a simples nutrição, cada receita, ingrediente e modo de preparo simboliza uma ligação intensa com nossas origens, com a trajetória de luta e resistência do povo quilombola e com a transmissão de conhecimentos com os laços da comida que está presente na mesa do meu povo.

Para atingir os objetivos estabelecidos, esta pesquisa utilizou uma combinação de métodos qualitativos, possibilitando uma análise detalhada da realidade da comunidade, os métodos a seguir foram essenciais para realizar a pesquisa.

O estudo começou com uma revisão da literatura em repositórios e bases acadêmicas, esse levantamento foi fundamental para fundamentar teoricamente a pesquisa e entender a relação entre a gastronomia tradicional, identidade cultural quilombola, território e patrimônio imaterial, as leituras contribuíram para a elaboração do referencial teórico que embasa as análises realizadas ao longo do estudo.

Observação Participativa foi por meio do estudo de caso que é especialmente adequado para entender fenômenos complexos em contextos reais e específicos, onde a pesquisa de campo envolveu interação direta com a comunidade por meio de visitas para coleta de informações primárias fundamentais.

Diversos registros fotográficos foram feitos, principalmente de pratos tradicionais, as imagens destacam a relevância dos ingredientes locais e a valorização das receitas tradicionais, elas são empregadas ao longo do trabalho para fortalecer a análise da conexão entre gastronomia e resistência.

Também foram coletados conhecimentos e práticas orais, especialmente de parentes da autora que residem no Quilombo Dona Juscelina, esse procedimento possibilitou a identificação dos principais alimentos cultivados, temperos empregados e métodos de preparo de pratos como baião de dois, munguzá, cuscuz e beiju, bem como o significado simbólico desses componentes no dia a dia e nas celebrações locais.

Essa metodologia possibilitou a coleta de dados valiosos e subjetivos, fundamentais para compreender a realidade da região sob diferentes ângulos, a combinação dessas técnicas garantiu uma abordagem abrangente, detalhada e colaborativa, alinhada ao objetivo de valorizar desta pesquisa.

Visto que nos tópicos ao longo do trabalho aborda-se o Retrato da resiliência de uma comunidade no Quilombo Dona Juscelina, onde demonstra que a história do Quilombo Dona Juscelina é caracterizada por percursos migratórios, resistência e construção conjunta do território. Logo esta trajetória destaca a força e a resiliência de uma população que, mesmo em face de obstáculos sociais, políticos e econômicos, conseguiu manter seus estilos de vida, suas interações comunitárias e seus referenciais culturais.

Logo no tópico seguinte aborda-se, o festejo da abolição, visto que durante o estudo, notou-se que a festejo da Abolição é um dos principais alicerces simbólicos da comunidade, a comemoração do dia 13 de maio reforça identidades, estreita relações entre gerações e reinterpreta a memória da batalha contra a escravidão. No período festivo, atividades como dança, música, teatro e gastronomia tradicional evidenciam a natureza espiritual, cultural e política que sustenta o patrimônio imaterial do quilombo.

Em outro tópico destaca-se o cultivo nos quintais, que demonstram os pequenos espaços de cultivo e os quintais produtivos tendo um significado cultural e

geográfico, que geralmente administrados e mantidos por mulheres, esses espaços simbolizam conhecimentos ancestrais e práticas sustentáveis que conectam alimentação, preservação ambiental e independência alimentar assim como métodos de plantio e técnicas de cozimento que reforçam a persistência da culinária local.

No tópico a comunidade de Dona Juscelina e suas tradições, aborda as tradições comunitárias, manifestadas nas festividades, na tradição oral, nas convicções religiosas, nas atividades agrícolas e no dia a dia, constituem um conjunto dinâmico de saberes que perduram por gerações, essas práticas não só mantêm a memória coletiva, como também fortalecem a estrutura social, a espiritualidade e a identidade territorial. Este é um estilo de vida que se ajusta às transformações sem abandonar suas origens históricas.

Uma breve reflexão dos sabores do Quilombo Dona Juscelina, nesse tópico destaca-se que os sabores do quilombo formam uma linguagem cultural única, através da qual se manifestam histórias, afetos, identidades e legados ancestrais, visto que a culinária tradicional, que inclui ingredientes locais, técnicas passadas de geração em geração e práticas de preparo coletivas, evidencia a conexão entre memória e resistência. Dessa forma, os sabores do quilombo não só nutrem, mas também evocam memórias, fortalecem laços e representam a persistência da cultura afrodescendente na região.

2. RESILIÊNCIA DE UM POVO NO QUILOMBO DONA JUSCELINA

Para compreender as pessoas, destaca-se uma análise do grupo social que eles(elas) se enquadram, identificando com traços tradicionais nos faz focar em suas práticas culturais para perceber sua dinâmica, contudo, para entender essas práticas, é necessário conhecer sua origem e como foram consolidadas.

As autoras Alessandra Schmitt, Maria Cecilia Manzoli Turatti e Maria Celina Pereira de Carvalho Schmitt et, al. 2002. abordam a evolução e a redefinição do conceito de quilombo no Brasil, destacando a importância das identidades e dos territórios para a compreensão desse fenômeno. O conceito de quilombo, originalmente associado a comunidades de escravos fugitivos durante o período colonial, passou por diversas transformações teóricas ao longo dos anos, as identidades quilombolas são construídas e negociadas, levando em consideração aspectos históricos, culturais e sociais.

Schmitt et al. (2002) realça que as diversas formas de organização social e a resistência das comunidades quilombolas na luta por reconhecimento e direitos territoriais. Além disso, as tensões e os desafios enfrentados na definição e na demarcação dos territórios quilombolas, incluindo conflitos com interesses econômicos, necessidade de uma abordagem que leve em conta a complexidade e a diversidade das experiências quilombolas, evitando reduções simplistas e reconhecendo a dinâmica das identidades e dos territórios.

Desta forma os pesquisadores Hilário José Menezes e Eduardo Schiavone Cardoso (2017) aborda que a categoria território torna-se a base para entender a dinâmica dos movimentos sociais, como dos quilombolas que veem, na conquista da terra o local para estruturar a base alimentar das famílias, sendo uma saída contra as desigualdades no campo, torna-se a base para entender a dinâmica dos movimentos de deslocamento, onde esse deslocamento desses quilombolas de outros estados até chegar em Muricilândia, resultou atualmente em festejo de reflexão, rememoração e também de comemoração.

Sousa (2023) aborda que a festa realizada pela comunidade quilombola especificamente em relação ao dia 13 de maio, a abordagem semiótica do espaço sugere que o estudo foca não apenas nos eventos da festa, mas também na interpretação dos símbolos, significados e práticas culturais que permeiam o espaço onde a festa é realizada.

Já segundo Santos (2020) realça que a participação das pessoas que não são quilombolas nesses eventos contribuiu para promover uma troca de conhecimentos, onde pode estar perdendo o preconceito e promovendo o respeito pelas tradições afro-brasileiras, assim, o festival se tornará um lugar de muito aprendizado coletivo, onde os valores culturais da comunidade são transferidos e absorvidos para todos.

A palavra cultura tem sua origem no latim e remete a uma noção de conhecimento e sofisticação, resultantes da aprendizagem em diversos campos do saber, isso se alia a uma atitude social que se adapta às normas estabelecidas pelas classes sociais que exercem poder, caracterizando assim o que é ter cultura (Schmitt, 2002).

Visto que durante o trabalho a campo percebe-se que no Quilombo Dona Juscelina, a identidade é vista como uma construção coletiva de pertença, formada a partir da memória ancestral, das tradições culturais e da trajetória de resistência que caracteriza a constituição da comunidade.

Essa identidade se expressa através de expressões culturais, como a Festa da Abolição, a culinária tradicional, as danças, as histórias contadas oralmente e os conhecimentos passados de geração para geração. Essas práticas reforçam a ligação com os ancestrais e reforçam a continuidade do Quilombo.

Sousa (2023) realça que festa do dia 13 de maio é historicamente significativa para a Comunidade Quilombola Dona Juscelina, pois marca a abolição da escravidão, porém percebe-se que há um espaço examina como esse evento é vivenciado e percebido pelos membros da comunidade, considerando não apenas os aspectos visíveis da celebração, como danças, cantos e comidas típicas, mas também os aspectos simbólicos e emocionais associados ao local onde a festa ocorre.

É relevante evidenciar que uma festa organizada em sua maioria por mulheres e sua representatividade na comunidade, como lideranças que vivem este momento atual, podemos perceber que essa vivência vai além de uma simples comemoração que fica só entre os(as) quilombolas, essa cultura envolve outras pessoas que aprende com essa vivência.

2.1. O FESTEJO DA ABOLIÇÃO

O Festejo da Abolição acontece todo ano no Quilombo Dona Juscelina, em Muricilândia (TO). É uma das festas culturais mais importantes da comunidade. Celebrado no dia 13 de maio, que marca a data da abolição da escravidão no Brasil, esse evento é um ato de resistência, lembrança e fortalecimento da identidade das comunidades quilombolas.

A celebração tem muitos símbolos e significados, começa de manhã com tambores, músicas e danças tradicionais, também tem seminários, uma peça de teatro chamada Teatro a céu aberto e comida típica feita com ingredientes locais, mais do que apenas uma festa, essa celebração é uma forma de refletir sobre a história, olhando pela perspectiva dos descendentes de escravizados, reforçando valores como liberdade, pertencimento e a conexão com os antepassados, (Sousa, 2023).

A figura 03 é um momento da 52ª Festa da Abolição realizada no Quilombo Dona Juscelina, destacando uma apresentação cultural que simboliza a assinatura da Lei Áurea por meio da figura histórica da princesa Isabel, aqui representada por uma integrante da comunidade vestida com traje de época.

Figura 03. 52ª Festa da Abolição



Fonte: Autora (2025)

No centro da imagem, observa-se um grupo de participantes caracterizados, dançando e interagindo com o público, enquanto ao fundo há um palco com músicos e elementos decorativos que reforçam o caráter festivo e tradicional do evento. A cena

evidencia a vitalidade da celebração, marcada pela música, pelas danças e pela presença ativa dos moradores, que utilizam a festa como instrumento de memória coletiva, afirmação identitária e valorização das heranças culturais quilombolas.

A figura 03 demonstra como a festa funciona não apenas como comemoração, mas como um espaço pedagógico e simbólico, onde novas gerações têm contato com narrativas de resistência, ancestralidade e liberdade.

A figura 04 retrata um momento na Festa da Abolição no Quilombo Dona Juscelina, no qual integrantes da comunidade participam de uma encenação que rememora a experiência das pessoas negras escravizadas, os participantes aparecem com o corpo pintado de preto e com elementos simbólicos que remetem às condições de vida e resistência dos ancestrais africanos e afrodescendentes.

Figura 04. Momento da representação dos negros na festa



Fonte: Autora (2025)

Essa representação cênica integra a programação cultural da festa e tem como objetivo preservar a memória histórica, resgatando narrativas que muitas vezes são silenciadas nos registros oficiais. Ao dramatizar aspectos do período escravista, a

comunidade reafirma sua identidade quilombola, valoriza suas raízes e promove um espaço de reflexão sobre a luta por liberdade, dignidade e direitos.

Santos et al. (2020) enfatiza que o festejo é um momento importante de união entre a comunidade e as diferentes idades, onde os mais velhos ensinam seus conhecimentos e valores para os mais jovens, o evento é principalmente organizado por mulheres, mostrando como elas são importantes na preservação das tradições e na valorização da cultura, a festa se torna um lugar onde se encontram a memória, a espiritualidade, a arte e a comida tradicional, isso representa o que podemos chamar de "território simbólico", onde se vê nas práticas culturais essa representação.

Além disso, a presença de visitantes e autoridades durante a festa ajuda a mostrar a cultura quilombola para mais pessoas e promove o diálogo com a comunidade ao redor, assim, o Festejo da Abolição no Quilombo Dona Juscelina vai além de uma simples festa, ele se torna uma forma de afirmar a identidade, resistir à cultura e valorizar a história afro-brasileira.

Tupinambá et al. (2020) destaca que o patrimônio imaterial que se destaca na comunidade quilombola refere-se ao conjunto de aspectos culturais intangíveis pertencentes a grupos étnicos afro descendentes, com isso, nem todos os aspectos culturais podem ser considerados patrimônio imaterial de comunidade, uma vez que apenas os elementos que são reconhecidos pela própria comunidade como parte de sua identidade são classificados dessa forma, tais aspectos culturais geram um sentimento de valorização que define a sua identificação.

Como as celebrações que possui um profundo valor para nós quilombolas que habitam na comunidade, pois por meio das expressões culturais ocorridas durante o evento, os quilombolas se reconhecem nessas representações, o que contribui para que sua identidade como descendentes de quilombo se torne mais evidente, como as diversas danças contidas no Festejo da Abolição que se destacam a identidade quilombola desse povo.

Portanto, os festejos não só reforçam a identidade quilombola através das danças, memórias compartilhadas e expressões culturais no Festejo da Abolição, mas também evidenciam como diversas práticas diárias auxiliam na manutenção desses vínculos identitários. Dentre essas práticas, destaca-se a manutenção do solo e a agricultura tradicional, que também têm um papel crucial na manutenção da memória, autonomia e estilo de vida da comunidade.

2.2. O CULTIVO NOS QUINTAIS DA COMUNIDADE.

No Quilombo Dona Juscelina, os lugares onde se cultiva comida, como os quintais e as pequenas hortas, são muito importantes para a vida da comunidade. Esses lugares não são só áreas para plantar, mas também espaços que representam tradições agrícolas, conhecimentos antigos e formas de vida que são sustentáveis. Tudo isso é passado de geração para geração.

Os quintais, especialmente, são cuidados principalmente por mulheres e têm muitas plantas diferentes: milho, feijão trepa-pau, mandioca, ervas medicinais, verduras e frutas. Elas são usadas tanto na comida do dia a dia quanto nos pratos típicos que são servidos nas festas.

De acordo com Milhomem (2021), esses lugares ajudam a preservar a cultura alimentar das comunidades quilombolas, eles ligam o que se sabe sobre a comida aos ciclos da natureza e às relações de ajuda entre as famílias.

Segundo Pereira Neto e Mendes (2020), os fundadores da comunidade escolheram cuidadosamente lugares com boas condições para plantar. Isso destaca a ligação forte entre o território, a identidade e a autonomia da comunidade. Fazer sua própria comida, usando sementes tradicionais e formas naturais, é uma forma de resistir à comida padronizada e à dependência do mercado.

A comida tradicional, como o cuscuz de arroz, o baião de dois com feijão fresco, o munguzá e o beiju frito no azeite de coco, mostra não só as receitas e ingredientes que usamos aqui, mas também sentimentos, crenças e histórias importantes. Esses alimentos têm o sabor das tradições e representam a lembrança de um povo que luta através da terra e da comida.

Os espaços de produção de alimentos no Quilombo Dona Juscelina são importantes para manter a cultura, garantir a soberania alimentar e reafirmar a identidade quilombola. Eles ajudam a valorizar os modos de vida das pessoas e a sua conexão com a terra.

Vale ressaltar que nas comunidades quilombolas, como a do Quilombo Dona Juscelina, podem ser observado que os quintais são produtivos e pode ser notáveis pela sua diversidade de funções, servindo não apenas como fonte de alimentos e medicamentos naturais, mas também como locais de preservação cultural, onde essas atividades promovem sua preservação dos sabores na culinária local.

Os produtos encontrados nas refeições das pessoas podem variar de onde eles são colhidos, como aqueles que são plantados nos quintais como o feijão, mandioca, milho, entres outras ou as plantas frutíferas como goiaba, laranja, lima entre outras, (Milhomem, 2021).

É importante destacar que, em comunidade quilombola, como a da Dona Juscelina, os quintais são extremamente produtivos e desempenham diversas funções, fornecem alimentos e plantas medicinais naturais e são espaços onde tradições culturais e culinárias persistem. São locais que não apenas nutrem o corpo, mas também preservam a história e as relações comunitárias, assegurando a preservação dos sabores e das práticas que sustentam a existência local.

Pensar nos quintais da comunidade implica entender que eles não são meramente elementos da paisagem, mas também componentes da identidade. Cada semente plantada, cada receita compartilhada e cada ação de cuidado com o solo expõe uma maneira única de viver no mundo, fundamentada na comunidade, na independência e na resistência cultural.

Visto a seguir os canteiros produtivos do Quilombo, evidenciando a organização e o manejo da horta em quintal, sendo espaço protegido por uma estrutura simples, construída com madeira e cobertura plástica, que contribui para o controle da luminosidade e da umidade, favorecendo o desenvolvimento do plantio (Figura 05).

No lado esquerdo da figura 05, observa-se a área destinada ao cultivo de coentro em fase inicial de desenvolvimento, organizada em linhas bem definidas e com garrafas reaproveitadas para auxiliar na delimitação dos canteiros. À direita, há um canteiro composto por mudas de cebola recém-transplantadas, demonstrando a continuidade do ciclo produtivo e o cuidado com a manutenção da agricultura de subsistência e renda complementar para as famílias

Figura 05. Canteiros de cheiro verde



Fonte: Autora (2025)

A figura 06 apresenta os canteiros de pimentas cultivados nos quintais produtivos da comunidade, evidenciando a diversidade agrícola mantida pelas famílias quilombolas. Observam-se dois tipos comuns como a pimenta-de-cheiro, amplamente utilizada no preparo de temperos tradicionais, e a pimenta ardida, que além do uso culinário também possui valor comercial.

O cultivo é realizado de forma agroecológica, em solo limpo e bem manejado, permitindo o desenvolvimento vigoroso das plantas, a produção dessas pimentas contribui diretamente no preparo das comidas das famílias e para a geração de renda complementar, já que pode ser comercializado.

Os canteiros de pimentas destacam não apenas a importância da agricultura de pequena escala no cotidiano da comunidade, mas também reforçam o vínculo entre práticas agrícolas tradicionais, valorização cultural e autonomia produtiva.

Figura 06. Pés de pimentas



Fonte: Autora (2025)

A figura 07 apresenta o plantio de feijão cultivado nos quintais produtivos da comunidade quilombola, evidenciando a diversidade agrícola e o uso eficiente dos espaços domésticos para a produção de alimentos. As plantas encontram-se em fase de crescimento vegetativo, com folhagem vigorosa e solo visivelmente manejado, indicando práticas contínuas de cuidado e manutenção.

O cultivo do feijão, além de integrar a base alimentar das famílias, possui relevância cultural, sendo utilizado em preparações tradicionais e no consumo cotidiano. Sua produção nos quintais reforça a autonomia alimentar da comunidade e contribui para a redução de custos, uma vez que parte significativa dos alimentos pode ser obtida diretamente da própria terra.

Figura 07. Feijões



Fonte: Autora (2025)

A figura 08 apresenta um pé de abóbora cultivado no quintal produtivo da comunidade quilombola, demonstrando a diversidade agrícola mantida pelas famílias e o uso sustentável dos espaços domésticos, a planta, está em estágio inicial de desenvolvimento, apresenta folhas largas e saudáveis, indicando um manejo adequado do solo e condições favoráveis de crescimento.

Figura 08. Pé de abóbora



Fonte: Autora (2025)

2.3. A COMUNIDADE DONA JUSCELINA E SUAS TRADIÇÕES.

As tradições da Comunidade Quilombola Dona Juscelina conectam muito o passado, o presente e o futuro, elas estão ligadas a coisas que fazemos todos os dias, como comer, as religiosidades, as festas, a forma como vivemos juntos, como o lugar onde estamos é visto e que está mudando com o passar do tempo. A maneira como a comunidade preserva suas tradições mostra uma resistência tranquila contra os desafios da modernização, da uniformização cultural e do esquecimento da memória comum.

De acordo Schmitt, Turatti e Carvalho (2002), a identidade quilombola se forma ao valorizar as experiências do grupo, a tradição oral e a espiritualidade passada pelos antigos, o território é o lugar simbólico onde essas tradições se mostram e se fortalecem.

A cultura do Quilombo Dona Juscelina é mantida por várias práticas, entre elas, estão a celebração do dia 13 de maio e as outras festividades, o cultivo de alimentos nos quintais, o uso de ervas para curar, os rituais religiosos de origem afro-brasileira e as artes como: canto, dança e teatro que falam sobre a abolição da escravidão e a liberdade do bem viver. Essas manifestações ajudam as pessoas a se sentirem parte da comunidade e fortalecem os laços entre elas. Elas servem como formas de aprender, resistir e preservar a vida.

Segundo Santos (2023), essas tradições estão sempre mudando. Elas se adaptam aos desafios que a comunidade enfrenta, mas ainda mantêm sua essência. A troca de conhecimentos entre as gerações é muito importante, e as mulheres mais velhas desempenham um papel fundamental nisso. Elas são as verdadeiras guardiãs da memória de todos.

Gratão (2011), enfatiza que a preservação das tradições também acontece na forma como o dia a dia da comunidade é organizado, como os alimentos são preparados, os ensinamentos que são passados de boca em boca, as crenças, os mitos e os cuidados com a terra e com as pessoas, os conhecimentos tradicionais, quando passados de uma pessoa para outra por meio da prática e do convívio, ajudam a fortalecer a identidade cultural e a criar um espaço simbólico onde o passado é sempre reinterpretado.

As tradições do Quilombo Dona Juscelina fazem parte da sua identidade e devem ser mantidas, isso é importante não só para lembrar a comunidade, mas

também para reconhecer a diversidade cultural do Brasil, valorizar essas tradições é reconhecer o valor de um povo que, mesmo após muitos anos de exclusão, ainda luta para mostrar sua presença com força, criatividade e respeito às suas ancestralidades.

Almeida et, al. (2020) alega que as atividades culturais são essenciais para a formação de conhecimentos nas rotinas diárias, nota-se a dedicação e o interesse em assegurar que as novas gerações fomentem que foram herdados de seus antepassados o que eles possam se espelhar em seu, empenho é reforçado por meio de laços entre diferentes gerações, na comunidade diante dos valores e tradições que são trocadas entre os mais velhos e os jovens.

Contudo, a pesquisadora Mayana Fernandes dos Santos (2023), enfatiza que o quilombo continua lidando com dificuldades associadas a suas tradições culturais, isso se deve, em parte, à sua localização na área urbana do município de Muricilândia (TO), em vez de estar em suas terras tradicionais, ainda assim, a comunidade manteve suas tradições culturais com seu povo, como o conhecimento de sua culinária que atravessou os estados de onde eles tiveram que sair até chegar em Muricilândia quando o Tocantins era o Norte do Estado de Goiás.

Vale ressaltar que Marcos Antônio Pereira Neto e Raquel Mendes (2020) destacam o processo de expansão entre o sujeito e a sociedade se dar por meio da troca de experiência entre as pessoas que estão relacionadas a um determinado espaço, ou seja, essas experiências surgem através de muitos caminhos e trajetórias que os atores sociais seguem em seus espaços sendo eles vividos, temporal, simbólica e geograficamente.

Segundo Marcos Antonio Pereira Neto e Raquel Mendes (2020), a identidade é uma estrutura social que está em constante evolução, que se desenvolve e altera-se com o passar do tempo, não é algo fixo ou inerente à pessoa desde o seu início de vida, mas sim está em constante produção de aprendizagem, as vivências se tornam parte dos processos deliberados que definem a forma como o indivíduo se reconhece e é reconhecido. A identidade é considerada uma construção em constante evolução, entrelaçada com elementos culturais, históricos, pessoais e coletivos, onde ela reflete a sociedade e suas mudanças e, ao mesmo tempo, ajuda a moldá-la.

Marcos Antonio Pereira Neto e Raquel Mendes (2020) abordam que os quilombos não eram apenas lugares de fuga, mas também espaços de reinvenção cultural, social e política, locais onde as relações comunitárias foram construídas com base na solidariedade, na autogovernança e na preservação das tradições africanas,

reinterpretadas na diáspora, sendo locais de pessoas negras que representavam um desafio direto à ordem colonial que buscava apagar a humanidade e a identidade desse povo.

Milton Santos (2002) enfatiza a visão de lugar ao afirmar que o local é o ambiente onde se concretizam as interações sociais e se integram as dimensões objetiva e subjetiva da existência, ou seja, é onde o dia a dia, a cultura e a história se entrelaçam na formação de uma realidade social única.

No âmbito das comunidades quilombolas, como Dona Juscelina, o lugar é intensamente influenciado pela herança africana e diaspórica, pela luta ao longo da história e pela memória compartilhada, embora esteja localizada em um ambiente urbano, a comunidade converte o local em um espaço simbólico, onde promove atividades culturais que remete suas histórias como o Festejo da Abolição e a luta pelo território ancestral, nesses momentos que se proporcionam o lugar como uma identidade distinta, forte e relevante.

No contexto da Comunidade Quilombola Dona Juscelina, a identidade é reafirmada e reforçada através de atividades culturais, como o Festejo da Abolição, que relembra a história da escravidão e celebra os princípios de resistência, liberdade, ancestralidade e união. Essa identidade se manifesta igualmente em aspectos visuais como vestimentas e danças, nas comidas tradicionais, na tradição oral e nos rituais.

Na Comunidade Quilombola Dona Juscelina, a conexão entre o lugar e a identidade é fundamental e está entrelaçada na busca por reconhecimento, na conservação cultural e respeito às raízes, sendo este ambiente comunitário que transcende a definição de um simples bairro urbano, sendo um lugar simbólico de resistência afro-brasileira, onde as tradições culturais e a memória compartilhada asseguram a compreensão e a potência da identidade desse povo. Porém, Almeida (2017) destaca que o vínculo entre as pessoas e os alimentos vai além da mera necessidade de sobrevivência, englobando ainda aspectos culturais e simbólicos, onde a capacidade dos seres humanos de iniciar uma relação determinando que os alimentos é uma fonte essencial desde o próprio nascimento, assim aprende a apreciá-los demonstrando a flexibilidade comportamental que caracteriza a sua cultura alimentar.

Almeida (2017) realça que os alimentos que não é adquirido diretamente da natureza, mas sim por meio de seus recursos naturais, resulta do esforço humano nas fazendas, nos jardins ou nas plantações, ou então é adquirido em supermercados,

feiras entre outros, saiu de plantações, no campo, cultivam-se grãos, raízes e cana-de-açúcar, já nos quintais, pode encontrar-se árvores frutíferas, ervas medicinais, ou até mesmo, milho, mandioca e batata, entre outras.

Almeida (2017) destaca que essa categorização pode ser resumida em: alimentos urbanos e rurais, que se dividem em provenientes da natureza, sejam das grandes lavouras produzidas por empresas, como dos quintais e de pequenas lavouras de agricultores.

Segundo Lúcia Helena Gratão (2011) os sabores podem ser compreendidos como uma dimensão tanto simbólica quanto concreta, que reforça a relação entre a pessoa e seu entorno, atuando como um elemento crucial da identidade local, essa ideia está associada à percepção de que os alimentos, e os métodos de preparar dar os sabores que representam expressões culturais profundamente integradas a regiões específicas, refletindo aspectos geográficos, históricos e sociais das pessoas.

Como aborda Lúcia Helena Gratão (2011), a geografia visa atribuir significado ao paladar como uma dimensão que intenta resgatar e destacar as memórias reveladas nas experiências ligadas aos locais de vivência, assim o sabor e o aroma evocam tradições e percepções, que são fundamentais na construção cultural do imaginário, onde pode se degustar de um prato ou alimentos que remete boas lembranças dos antepassados.

Segundo Lúcia Helena Gratão (2011), quando se fala em sabores, percebe-se o que preserva e revela as vivências e recordações do ambiente e da localidade são os sabores das comidas, assim como as representações, os emblemas e as lendas, não é uma criação mental do homem, mas uma forma de expor as essências do existir, o sabor como manifestação da identidade cultural e do ambiente, é fundamental para entender as tradições de uma cultura, assim a um emblema de que a resistência, dos sabores pelo paladar, nos leva a uma conexão profunda com os ancestrais.

No âmbito desta comunidade tradicional reconhecida como quilombo, contextualizo que o conceito de território para eles vai além de um local físico ou que seja oficialmente demarcado, pode ser visto como um lugar de identidade, pertencimento e luta, onde se estabelecem vínculos com sua cultura e seus históricos familiares.

Como a celebração da Abolição, ou seja, o rito da liberdade, por exemplo, que ocorre todo ano na Comunidade Quilombola Dona Juscelina, sendo uma manifestação tangível do legado imaterial afro-brasileiro, pois revive e reafirma a

história da luta negra e fortalece os laços culturais das pessoas que mora lá, sendo um evento, que inclui teatro, danças dentre outras que torna a comunidade vibrante, se torna uma expressão concreta do patrimônio imaterial afro-brasileiro.

É visto que a cultura pode representar o conjunto de hábitos, conhecimentos, princípios, convicções, formas de comunicação e estilos de vida que tem seu significado na vida dos indivíduos dessa comunidade, pois a comunidade quilombola, tem a cultura que é vista como uma ferramenta de resistência e preservação de sua história, sendo mantida mesmo com o passar de vários séculos de exclusão.

A cultura é algo que se transforma continuamente, sendo uma dinâmica em constante evolução, onde tem aspectos da herança com vivências atuais, na Comunidade Quilombola Dona Juscelina, isso se manifesta nas tradições alimentares, como o beiju, o mungunzá, o cuscuz, assim como as danças, nas celebrações religiosas e na narração oral dos griôs, que preservam a memória das pessoas.

No contexto da Comunidade Quilombola Dona Juscelina, essas categorias se manifestam e têm sentido nas atividades diárias, como nas festividades e nas histórias contadas oralmente que fortalecem a conexão e a ancestralidade de um povo que tem seu contexto histórico demonstra grande resiliência.

3. SABORES DO QUILOMBO DONA JUSCELINA.

Durante as entrevistas realizadas com moradoras, as mulheres quilombolas, que integram o grupo de pessoas responsáveis pelo trabalho durante o festejo, foi relatado que a comida sempre desempenhou um papel fundamental desde o início das celebrações. Antigamente, os Fazendeiros que era conhecido como os senhores doavam alimentos para a festividade e, em sinal de gratidão, eram recebidos com banquetes servidos em mesas separadas das demais pessoas. Essa prática era compreendida pela comunidade como uma forma de demonstrar reconhecimento e agradecimento pela generosidade das doações recebidas (Apêndice 01).

Neste tópico, é possível observar algumas das comidas tradicionais da festividade mencionadas durante as entrevistas, como o cuscuz de arroz e o feijão trepa-pau, utilizado no preparo do baião de dois entre outros, assim como o prato de destaque o tradicional *farofão* servido no café da manhã após a alvorada, considerado significativo por todos os participantes. Ele é preparado, geralmente, com a carne que sobra² do jantar anterior ou, caso não haja sobras, é feito especialmente para essa ocasião.

A tradicional culinária comunitária do Quilombo Dona Juscelina é expressão viva de sua herança cultural e de estreita relação com o ambiente, onde possui características únicas que estão profundamente enraizadas no conhecimento tradicional sendo ela na valorização dos recursos naturais, porém a culinária quilombola, portanto, vai além da comida, é ao mesmo tempo um patrimônio cultural e um meio de gratidão, celebrando a resistência, a memória e uma relação harmoniosa com a natureza.

As refeições típicas do quilombo refletem a diversidade das influências africanas, indígenas e europeias que moldaram a identidade cultural das comunidades quilombolas, onde ingredientes comuns são utilizados nos preparos das refeições de maneira simples, mas carregada de significados simbólicos e afetivos.

Ao se estabelecerem em locais estratégicos durante o período colonial, as comunidades quilombolas priorizaram áreas que lhes garantiam segurança e subsistência, nesses lugares, era escolhido com as seguintes características naturais, como: florestas densas, fontes de água potável e até próximas a morros com difícil

² Forma de se referir ao que não foi consumido anteriormente.

acesso, estes locais precisava oferecer condições para a prática de pesca, extrativismo vegetal, caça, agricultura familiar e criação de animais de pequeno porte.

No Quilombo Dona Juscelina o termo resistência remete a sobrevivência, não apenas garantiram sua sobrevivência dentro de seus territórios, mas também permitiram o desenvolvimento sociocultural dos quilombos, onde eles refletiam não apenas um profundo conhecimento do meio ambiente, mas também formas de resistência, autoconfiança e adaptação que caracterizaram o processo histórico conhecido atualmente.

Para muitas comunidades tradicionais, como as quilombolas, a preservação e a valorização das práticas culinárias representam não apenas uma continuidade histórica, mas também um componente crítico diante das influências externas e da modernização, sendo também um ato de afirmação cultural, assim, a comida revela-se uma linguagem poderosa através da qual podemos comunicar com as lembranças das comidas feitas pelos nossos ancestrais, apresentaremos algumas receitas que fazem parte ou são oferecidas nas festividades da comunidade sendo estas: Baião de dois; munguzá; cuscuz de arroz com massa caseira; cuscuz de arroz frito no óleo de coco babaçu e cuscuz de milho feito no pano.

O Baião de Dois é um prato comum encontrado nas cozinhas dos moradores do Quilombo Dona Juscelina, porém com um diferencial onde o feijão é colhido pelos próprios moradores nos quintais, preparado com azeite de coco e temperos como alho e cebola deixa uma comida deliciosa. Na figura 09 a 11 pode ser observado o prato, o feijão, e azeite babaçu que foi utilizado nesse delicioso baião de dois.

Os (As) quilombolas utilizam áreas próximas às suas residências, chamadas de roça ou quintais para o plantio, onde começa com a limpeza do terreno sendo feita de forma manual, removendo os matos sem o uso de agrotóxicos, onde eles utilizam as sementes de feijão, que geralmente são guardadas da colheita anterior, mantendo sua própria qualidade genética.

Colhido por moradores locais o feijão é um alimento rico em nutrientes, porém sendo um alimento que não é apenas nutritivo, mas também têm forte significado cultural e histórico que representam a resiliência e a autossuficiência nutricional nessa comunidade. Cultivar e comer feijão fortalece as conexões com a tradição e a apreciação por um modo de vida que combina conhecimento tradicional e sustentabilidade, pode ser percebido o azeite de coco também utilizado no preparo do baião de dois.

O azeite de coco que foi utilizado no baião de dois, foi feito por quilombolas, onde eles coletam o babaçu, faz a quebra para retirar os bago, depois leve ao fogo fazendo sua torrada depois é passado em uma forrageira ou moinho, levado o líquido ao fogo novamente com água deixando que a água seque e fique só o azeite separado o bagaço, quando o bagaço do coco fica no fundo da panela e o azeite na superfície é hora de retirar deixe esfriar e armazenar em um recipiente como em vidros ou garrafas pets, assim ficando pronto para o consumo.

Figura 09. Baião de Dois



Fonte: Autora (2024).

Figura 10. - Feijão Trepá-pau Figura 11. Azeite de coco babaçu



Fonte: Autora (2024)

Munguzá é um prato que demonstra em seus ingredientes o uso sustentável dos recursos locais, como o milho cultivado nos campos, o feijão, e os temperos como

o cheiro verde, sendo usado o aproveitamento máximo dos alimentos disponíveis, que simboliza a criatividade e a resiliência da comunidade quilombola, que estabelece hábitos alimentares que aliam simplicidade, sabor e valor nutricional para quem se alimentar (Figura 12).

Preparar o munguzá não é apenas um processo de cozimento, mas também um ato de preservar memórias e hábitos alimentares tradicionais no Quilombo Dona Juscelina, isso reflete o uso de ingredientes locais, como o milho cultivado na roça e destaca a sabedoria ancestral da comunidade quilombola na utilização dos recursos naturais.

Figura 12. Munguzá



Fonte: Autora (2024)

Este cuscuz é feito de arroz, o seu preparo demanda tempo, onde os grãos do arroz são colocados de molho na água durante uma noite e no dia seguinte ele é quebrado manualmente, dando-lhe uma textura e um sabor único, essa prática de pilagem inclui movimentos fortes e cuidadosos para o arroz não saltar de dentro do pilão, onde pode envolver uma pilagem coletiva que fortalecem os relacionamentos dessa comida desde seus preparativos, geralmente incluem o arroz pilado uma pitada

de sal e água até dar o ponto, depois colocado para cozinhar depois servir (Figura 13)

Essa prática foi feita pelos meus avós que passaram para minha mãe e eu aprendi com elas, seguindo uma linhagem sou a terceira geração dessa família que ainda segue os traços dessa comida feita por quilombolas, atualmente poucas pessoas conhecem essa técnica do cuscuz de arroz.

Figura 13. Cuscuz de arroz com massa caseira.



Fonte: Autora (2022).

O beiju com coco frito no azeite de coco babaçu (Figura 14) é uma criatividade, que deixa ele com um sabor único, a preparação envolve a goma de mandioca, colocando água para hidratar depois coloca o coco babaçu que é pilado no pilão até dá uma textura parecido com o coco ralado, porém deixando ele com a textura mais grossa ou aspara, acrescenta sal a gosto, depois de seu preparo é levado ao fogo em uma panela com azeite de coco deixado fritar assim o beiju fica delicioso e com um sabor único.

Figura 14. Beiju de coco frito no óleo de coco babaçu.



Fonte: Autora (2022)

O cuscuz de milho (Figura 15), que começa com a preparação da farinha de milho ou milho moído, como muitos conhece ele é umedece com água e temperado com sal, a mistura é colocado na tampa de uma panela muito quente que cobre com um pano, deixando cozinhar lentamente em um fogão a lenha deixando um delicioso cuscuz com um gostinho sensacional no paladar.

O cuscuz de milho cozido na tampa da panela sobre o fogão a lenha, esse método de preparo utiliza a simplicidade e o calor do fogão a lenha, pois a leve fumaça da lenha deixa o cuscuz mais saboroso, porém poucos conhece essa técnica de fazer cuscuz.

Figura 15. Cuscuz de Milho feito no pano.



Fonte: Autora (2022)

Durante as entrevistas, também foram relatadas práticas de cultivo realizadas pelas mulheres da comunidade, que mantêm hortas para o consumo diário, nelas, são produzidos diversos temperos naturais, como cebola, coentro, tomate, pimentão entre outras e em alguns quintais são encontrados o urucum utilizado para fazer os colorais ou corante, elas também preparam artesanalmente os sais temperados feitos por elas mesmas.

Na figura 16, observa-se o urucum desde o pé com os frutos até o ponto de ser utilizado no preparo das comidas.

Figura 16. Urucum



Fonte: Autora (2025)

Na figura 17, observa-se o sal temperado preparado pelas entrevistadas, Marina, Maria Domingas e Sueli, elas relataram que são as próprias responsáveis pela sua produção, utilizando ervas cultivadas nas hortas domésticas. O preparo artesanal desse sal tem como objetivo tornar as refeições mais saborosas e reforça o saber tradicional transmitido entre gerações, evidenciando a valorização dos recursos locais e das práticas culinárias próprias da comunidade.

Figura 17. Sal temperado



Fonte: autora (2025)

Essa figura 17 representa uma prática comum entre as entrevistadas, que relataram preparar seus próprios temperos para dar mais sabor às refeições diárias,

além de evidenciar o conhecimento tradicional sobre o uso de ervas e especiarias, o sal temperado simboliza a valorização dos recursos locais e o protagonismo feminino na preservação das práticas alimentares típicas da comunidade.

Horta comunitária do Quilombo, conforme sugerido pelas entrevistadas, que enfatizaram a importância de evidenciar a produção coletiva como representação mais fiel das práticas agrícolas da comunidade. Na figura 18, é possível observar parte dessa horta, onde se encontram diversas espécies cultivadas de forma comunitária, incluindo plantas medicinais como a babosa, capim santo, cidreira entre outro que desempenha papel significativo no uso terapêutico.

Figura 18. Horta comunitária



Fonte: Autora (2025)

Na horta comunitária também são cultivados diversos alimentos utilizados no cotidiano das famílias quilombolas, que além das plantas medicinais, tem plantio de Mandioca e feijão quem não tem fotos no momento, essa produção coletiva desempenha um papel importante não apenas na segurança alimentar da comunidade, mas também nas práticas culturais locais.

Como um prato tradicional, no contexto comunitário do quilombo, o farofão costuma ser preparado em maior quantidade, sendo associado a momentos de convivência coletiva e festividade, reafirmando laços sociais, identidade cultural e o aproveitamento dos alimentos disponíveis para servir na alvorada, que pode ter, lite e café como acompanhante ao ser servido, sendo um dos momentos mais esperados do festejo, pelas pessoas que participa da alvorada, assim que eles chegam são servido essa deliciosa refeição visto na figura a seguir.

Figura: 19 Farofão



Fonte: Autora (2025)

A foto registra o preparo de um farofão à base de carne e farinha, sendo mexido em uma panela grande sobre um fogão a gás, evidenciando uma prática culinária realizada em quantidade significativa, sendo uma característica de preparações destinadas ao consumo coletivo no Quilombo todos os anos no festejo da abolição.

Com o propósito de apresentar e valorizar esses sabores e práticas alimentares, organizou-se o Apêndice 02, no qual os registros fotográficos e as receitas que contribuem para a compreensão da importância da culinária no contexto cultural e social abordado neste trabalho.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho possibilitou entender que a culinária tradicional do Quilombo Dona Juscelina é um relevante meio de resistência, identidade e valorização cultural, os hábitos alimentares, as técnicas de preparo e a utilização de ingredientes regionais, como milho, feijão, coco babaçu e urucum, evidenciam um vínculo intenso entre os/as quilombolas, seu território e a memória coletiva. Esses conhecimentos vão além de meras receitas, pois eles representam histórias, sentimentos e valores passados de geração para geração, preservando a herança afro-brasileira que fundamenta a comunidade.

As conversas conduzidas com as mulheres quilombolas residentes da comunidade mostraram que as tradições culinárias continuam presentes e fortemente incorporadas na vida familiar e comunitária, o preparo de pratos como o cuscuz de arroz, o feijão trepa-pau e o farofão, servidos após o amanhecer, espelha não só os costumes alimentares, mas também os valores passados de mãe para filha.

Neste processo, as mulheres da comunidade têm um papel crucial, sendo as principais encarregadas de preservar os conhecimentos sobre de cultivar em seus quintais e preparar os alimentos e organizar as celebrações religiosas e culturais, portanto, a gastronomia se transforma em um ambiente de liderança feminina, onde se estabelecem identidades, solidariedades e laços comunitários.

Observou-se que, durante a Festa da Abolição, uma das celebrações mais importantes para o quilombo, o ato de cozinhar e compartilhar alimentos adquire um significado ritualístico e simbólico, as contribuições, celebrações e preparações coletivas simbolizam atos de generosidade e gratidão, reforçando as conexões sociais e espirituais da comunidade. Essa perspectiva da alimentação como meio de celebração e resistência evidencia também para contar a história do povo negro, reafirmando a ancestralidade e preservar a lembrança da batalha pela liberdade.

Um outro ponto importante observado foi a manutenção de hortas e quintais produtivos, principalmente administrados por mulheres, onde são cultivados temperos, ervas medicinais e alimentos essenciais para a alimentação diária, que evidencia o saber tradicional transmitido de geração em geração e a apreciação dos recursos locais, reforçando a independência alimentar das famílias.

As práticas observadas possibilitam afirmar que a culinária do Quilombo Dona Juscelina é uma expressão viva da cultura afro-brasileira, caracterizada pela

originalidade, pelo espírito comunitário e pela espiritualidade. Neste cenário, a comida vai além do paladar e se converte em uma linguagem simbólica, apta a narrar as histórias, que consolida as identidades e ligar passado e presente.

Com este trabalho permitiu mostrar que a culinária quilombola é um patrimônio vivo, que expressa a história, a resistência e a fé de uma comunidade que, através da alimentação, reafirma sua identidade e sua pertença. Valorizar o conhecimento tradicional das mulheres do Quilombo Dona Juscelina é valorizar a memória coletiva e a continuidade cultural, garantindo que as próximas gerações possam se nutrir não só de sabores, mas também de histórias, sentimentos e ancestralidade.

REFERÊNCIAS

- ABPN – Associação Brasileira de pesquisadores(as) Negros(as). **205 Revista da ABPN: v. 12, n. Ed. Especial – Caderno Temático “Geografia Negras”**, abril de 2020, p. 220-220
- ACOSTA, Alberto. **O bem viver: uma oportunidade para imaginar outros mundos**. Tradução: Tadeu Breda. São Paulo: Autonomia Literária, Elefante, 2016. 264 p.
- ALMEIDA, Maria Geralda de. Para além das crenças sobre alimentos, comidas e sabores da natureza. **Mercator (Fortaleza)**, v. 16, 2017.
- ALMEIDA, Rejane Cleide Medeiros; DA SILVA MILHOMEM, Jannete. Mulheres e produções de saberes nos quintais produtivos do Quilombo Dona Juscelina:(Muricilândia-TO). **Revista Temporis** (ISSN 2317-5516), v. 20, n. 02, p. 18-18, 2020.
- GRATÃO, Lúcia Helena Batista; JÚNIOR, Eduardo Marandola. Sabor da, na e para Geografia. **Geosul**, v. 26, n. 51, p. 59-74, 2011.
- MENEZES, Hilário José, CARDOSO, Eduardo Schiavone. Território e Territorialização: Questões conceituais para uma abordagem e leitura dos movimentos sociais. **Pegada-a Revista da Geografia do Trabalho**, 18.3, 2017.
- MILHOMEM, Jannete da Silva. Quintais produtivos das mulheres quilombolas griôs do Quilombo Dona Juscelina, Muricilândia -TO: Perspectivas de práticas educativas e culturais (2018-2021). 2021.
- PEREIRA NETO, Marcos Antônio; MENDES, Raquel Almeida. Trajetórias, territórios e redes: reflexões a partir da comunidade quilombola Dona Juscelina. **Revista Contexto Geográfico**, v. 5, n. 9, p. 74-82, 2020.
- RIBEIRO, Khalla T.; COSTA, Kênia G.; CHAVES, Arystóteles. B. Festejo da Abolição e Patrimônio Imaterial na Comunidade Quilombola Dona Juscelina/Muricilândia-TO: potencialidades para o turismo cultural In: **Lazer, Turismo e Desenvolvimento Regional na Amazônia Legal: diálogos interdisciplinares**.1 ed.Foz do Iguaçu - PR: Efeito Sete, 2021, v.1, p. 16-33.
- SANTOS, Katiane da Silva; DA SILVA Elias; COSTA Kênia Gonçalves. festa 13 de maio: da identidade a territorialidade. **Revista de Geografia Agrária**, Edição especial, v. 15, n. 39, p. 292-311, dez., 2020
- SANTOS, Katiane da Silva; SILVA, Elias da; COSTA, Kênia Gonçalves. Festa 13 de Maio: da identidade à territorialidade. **Revista de Geografia Agrária**, v. 15, n. 39, p. 292-311, 2020.
- SANTOS, Mayana Fernandes dos. Os laços culturais e a organização social como fatores para o desenvolvimento da comunidade dona Juscelina em Muricilândia - TO. 2023.
- SANTOS, Milton. **A natureza do espaço: técnica e tempo, razão e emoção**. São Paulo: Hucitec, 2002.
- SCHMITT, Alessandra; TURATTI, Maria Cecilia Manzoli; CARVALHO, Maria Celina Pereira de . A atualização do conceito de quilombo: identidade e território nas definições. **Ambientes & Sociedade**, São Paulo, v. 5, n.10,1º semestre de 2002

SOUSA, Elaine da Silva. “Minha história não é de ter fim”: o festejo da abolição da comunidade quilombola Dona Juscelina. **Revista Tocantinense de Geografia**, v. 12, n. 26, p. 222-241, 2023.

TUPINAMBÁ, Khalla Ribeiro, COSTA, Kênia Gonçalves, CHAVES, Arystóteles Borges. O Festejo da Abolição na Comunidade Quilombola Dona Juscelina/Muricilândia -TO. **Cultur-Revista de Cultura e Turismo** 14.02 (2020).

APÊNDICE

APÊNDICE 01. ROTEIRO DE PERGUNTAS PARA DAS ENTREVISTAS

UNIVERSIDADE FEDERAL DO NORTE DO TOCANTINS
CÂMPUS DE ARAGUAÍNA
COORDENAÇÃO DO CURSO DE GEOGRAFIA

Av. Paraguai s/nº Setor Cimbá | 77824-838 | Araguaína/TO
(63) 3416-5711 | www.uff.edu.br/uffgeografia-araguaína | geocarag@uff.edu.br



ROTEIRO DE ENTREVISTA

Discente: **Suzana Alves do Nascimento**

Matrícula nº. 2021111208

Tema: “Rota de Sabores da Comunidade Quilombola Dona Juscelina – Muricilândia – TO (2024 e 2025)”

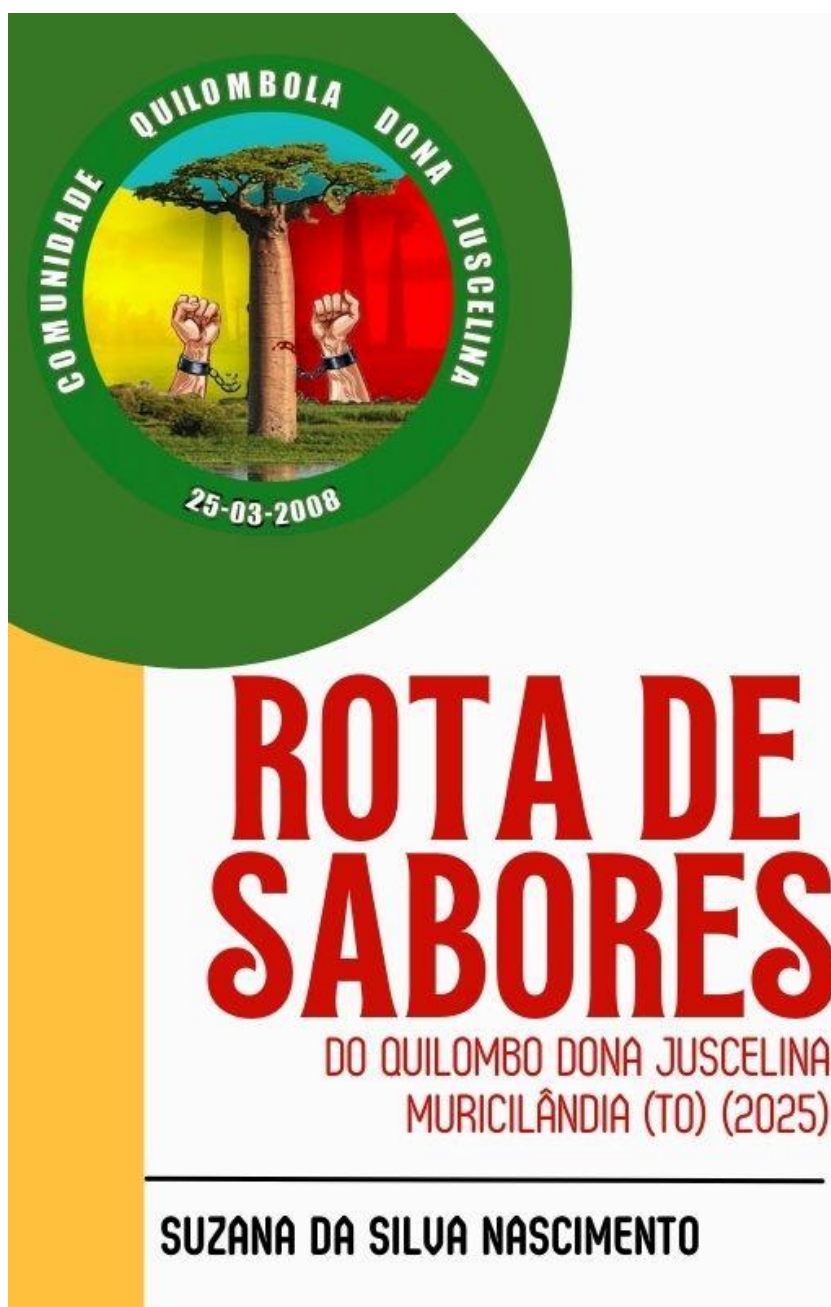
Orientação: Profa. Dra. Kênia Gonçalves Costa

Apresentar a pesquisa e solicitar autorização para gravação e uso das informações referente a conversa.

Questões norteadoras:

- Como eram as comidas tradicionais durante os festejos da abolição quando a presidente do quilombo estava viva?
- Quais comidas eram mais comuns nesses festejos e o que elas representavam?
- Quais comidas afro-brasileiras ou quilombolas fazem parte do seu dia a dia?
- Como você incorpora essas comidas em sua rotina diária?
- Como é poder cultivar seus próprios temperos e alimentos no quilombo?
- Quais são os benefícios de cultivar seus próprios alimentos e temperos?
- Como você identifica uma comida afro-brasileira ou quilombola de qualidade?
- Quais são os traços ou características que definem uma comida como afro-brasileira ou quilombola?
- Quais temperos você mesmo faz e utiliza no seu dia a dia?
- Como você prepara esses temperos e quais são os seus benefícios?
- Quais são os alimentos tradicionais mais comuns no Quilombo Dona Juscelina?
- Quais são os ingredientes principais utilizados nesses alimentos?
- Existem alimentos tradicionais específicos para ocasiões especiais, como festas ou celebrações?
- Como os alimentos tradicionais refletem a história e a identidade do Quilombo?
- Como esses alimentos tradicionais são passados de geração em geração?
- Quais são os alimentos tradicionais e as receitas tradicionais mais populares no Quilombo Dona Juscelina?
- Existem alimentos tradicionais que são considerados sagrados ou especiais?
- Como os alimentos tradicionais são compartilhados e apreciados?
- Como as cozinheiras adaptam as receitas tradicionais para utilizar ingredientes locais ou sazonais?
- Quais são as memórias mais queridas relacionadas à comida tradicional no Quilombo Dona Juscelina?
- Como as cozinheiras mantêm viva a tradição culinária do quilombo?
- Existem histórias ou lendas relacionadas à comida tradicional que são passadas de geração em geração?
- Como as cozinheiras veem o futuro da culinária tradicional no Quilombo Dona Juscelina?

APÊNDICE 02. RECEITAS



Sabores e Sentidos



Autora

Suzana da Silva Nascimento, acadêmica de Geografia apaixonada pela riqueza cultural e histórica do Brasil. Como integrante do Quilombo Dona Juscilina, trago uma perspectiva única e valiosa para o campo da geografia, destacando a importância da preservação da memória e da identidade. Minha trajetória é marcada pela influência da minha mãe, que me ensinou a valorizar as tradições e saberes ancestrais, como a culinária típica e o uso de plantas medicinais. Essas lições me inspiram a continuar trabalhando pela preservação da nossa cultura.



Sabores e Sentidos



Índice

Baião de Dois

Munguzá

**Cuscuz de arroz com
massa caseira**

Mané Pelado

**Beiju da massa pura de
mandioca com coco
babaçu**

**Beiju frito no óleo de coco
babaçu**

Cuscuz de Milho feito no pano

Sal caseiro temperado

Temperos



Sabores e Sentidos



Baião de Dois

Ingredientes:

- Arroz
- Feijão trepa-pau
- Azeite de coco babaçu
- Cebola de cabeça
- Alho
- Sal a gosto



Modo de Preparo:

Em um fogão seja a lenha ou a gás leva uma panela ao fogo e coloque o azeite de coco, o alho e a cebola, depois que rechear coloque água e o feijão deixe cozinhar, depois do feijão cozido acrescente mais água o suficiente para cozinhar o arroz deixe abrir fervura e coloque o arroz e deixe cozinhar até secar a água cubra um uma tampa ou com uma sacola de plástico para amolecer o arroz depois que secar e estiver cozido é só servir.

Sabores e Sentidos



Munguzá

Ingredientes:

- Milho branco para munguzá
- Feijão
- Linguiça calabresa fatiada
- Cheiro-verde picado
- Temperos comuns (sal, alho, cebola, pimenta-do-reino)
- Água para cozimento.



Modo de Preparo:

Lave o milho de munguzá e o feijão, coloque ambos para cozinhar na panela de pressão com água suficiente para cobrir bem, cozinhe até que o milho e o feijão fiquem macios, caso precise, complete com mais água até dar o ponto de cozimento, quando o milho e o feijão estiverem cozidos, transfira tudo para a panela com a calabresa refogada, misture bem e deixe cozinhar junto para dar o sabor, ajuste o sal, adicione pimenta-do-reino, o colorau para realçar a cor e o sabor, deixe ferver por mais alguns minutos até formar um caldo grosso e cremoso.

Sabores e Sentidos



Cuscuz de arroz com massa caseira



Ingredientes:

- Arroz
- Sal
- Água



Modo de Preparo:

Coloque o arroz na água na noite anterior de deixe demolho até de manhã, na manhã seguinte pile o arroz em um pilão até o arroz virar uma massa, depois retire a massa coloque em uma bacia coloque sal a gosto e molhe com um pouco de água depois leve na concurseira até cozinha ao ponto e sirva-se.



Sabores e Sentidos



Mané Pelado

Ingredientes:

- Mandioca crua
- Açúcar
- Queijo ralado
- Leite
- Margarina
- Coco ralado
natura
- Fermento químico;
- Ovos.



Modo de Preparo:

Bater bem os ovos e misturar o restante dos ingredientes.
Colocar em forma untada. Levar ao forno.



Sabores e Sentidos



Beiju da massa pura de mandioca com coco babaçu

Ingredientes:

- Mandioca
- Coco ralado
- Tapioca fresca
- Azeite de coco babaçu



Modo de Preparo:

Rala uma quantidade desejada de mandioca espreme com as mãos ou em um pano de prato deixando a água que contém o polvilho fino escorrer misture coco babaçu triturado ou ralado ou pilado em uma panela quente adicione um fio de azeite de coco babaçu modele o beiju na panela em seguida vire quando ele estiver firme e está pronto.



Sabores e Sentidos



Beiju frito no óleo de coco babaçu

Ingredientes:

- Coco ralado
- Tapioca fresca
- Sal
- Azeite de coco babaçu



Modo de Preparo:

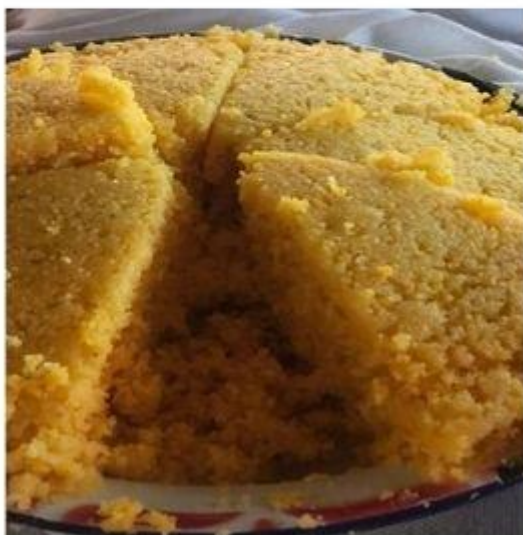
Faz o beiju e coloque uma quantidade suficiente de óleo de coco babaçu na panela para fritar o beiju, quando o óleo estiver quente, coloque o beiju cuidadosamente, frito dos dois lados até ficar dourado e crocante, retire e deixe escorrer o excesso de óleo.



Sabores e Sentidos



Cuscuz de Milho feito no pano



Ingredientes:

- Floção de milho
- Água
- Sal

Modo de Preparo:

Coloque o floção em uma bacia, acrescente o sal e misture, vá adicionando a água aos poucos, mexendo com as mãos, até umedecer toda a massa deixe descansar por 5 minutinhos, a massa deve ficar úmida e solta, agora coloque água na panela, espere ferver, pegue a tampa da panela virada ao contrário com a parte funda para cima, cubra a tampa com um pano de prato limpo, deixando sobra nas laterais, espalhe a massa hidratada sobre o pano, deixando uma camada uniforme e fofa, junte as pontas do pano por cima, sem apertar, apenas cobrindo levemente a massa, coloque a tampa com o pano e o cuscuz sobre a panela com água fervente, a água não deve tocar o pano o cozimento é no vapor, depois de pronto é só servir.

Sabores e Sentidos



Farofão



Ingredientes:

- Farinha puba
- Carne de gado
- Sal
- Tempero a gosto

Modo de Preparo:

Coloque a carne numa bacia, acrescente o sal e os tempresos misture, vá com as mãos, coloque óleo na panela e refogue a carne, depois de frita coloque a farinha de puba e depois de pronto é só servir.

Sabores e Sentidos



Sal caseiro temperado



Ingredientes:

- Alho
- Cebola,
- Cheiro verde;
- Pimenta
- Sal branco

Modo de Preparo:

Batido tudo no liquidificador ou pisa no pilão



Sabores e Sentidos



Temperos

Coloral



Sal Temperado



Manjeriçao



Pimentas



Coentro



Óleo de
Babaçu



AGRADECIMENTOS



Agradeço aos meus familiares, em especial minha mãe e meu esposo, por todo apoio e dedicação.

Agradeço a todos do meu Quilombo Dona Juscelina, que contribuíram para este trabalho, onde me orgulho de pertencer, por fornecer dados e informações valiosos para o desenvolvimento do meu trabalho.

Muito obrigada a todos que fizeram parte dessa jornada acadêmica.



