



## **Mulheres negras em seus novos zungus: cozinha e poder no Rio de Janeiro**

Debora Rios de Souza <sup>1</sup>

### **Resumo**

No Rio de Janeiro novos espaços foram inaugurados durante a pandemia, muitos geridos por empreendedoras(es) negras(os). Cozinheiras(os) que apostaram durante um período em que estabelecimentos passavam por dificuldades ou eram fechados. A maioria desses lugares, segundo suas administradoras, são Novos Zungus. Oportunamente, a prefeitura da cidade lançou o Zungu: Guia da Gastronomia Preta, com 21 restaurantes com sócios e/ou cozinheiras(os) negras(os), dos quais, treze possuem suas cozinhas comandadas por mulheres negras. A resistência, a determinação e a união sendo resgatadas dos modelos ancestrais do Século XIX. A reconfiguração mantendo a persistência em existir, a resistência em sobreviver e a força por lutar tipicamente oriundas da ancestralidade quilombola perpetuada nos Zungus e renascidas nestes novos espaços. Os Zungus ou Casas de Angu de outrora também eram comandados por mulheres, por isso proponho analisar de que modo, as cozinheiras negras atuais driblam e enfrentam as violências e amarras do trabalho gastronômico que, impulsionado pelo racismo, sexismo e pela estratificação social tentam imobilizá-las. Outra forte marca presente nos Novos Zungus é a noção de solidariedade, o sentido de comunidade. Muitos trazem a pluralidade presente pois são floricultura, livraria, loja de roupas e acessórios; onde cada um tem um/uma gestor(a) próprio(a), mas todos sob a égide do restaurante, ou seja, a cozinha como o centro agregador para o funcionamento de outros espaços.

Palavras-chaves: Zungus, Mulheres negras, Cozinha, Poder.

---

<sup>1</sup> Mestre em Antropologia Social - Museu Nacional – UFRJ. Doutoranda em Antropologia Social - Museu Nacional - UFRJ

## Introdução

No coração da cidade  
O rumor de muitas vozes se espalhava pelo ar  
Comandadas por tias negras, cozinheiras yabás  
Era nos zungus  
Onde negros não se deixavam escravizar  
(PAULA, GIGANTE & MALAFAIA, 2019)

A epígrafe é o trecho do que elegi como a composição mais bonita para o samba enredo “Nzungu – O Quilombo Negro de Resistência, vamos fazer barulho de preto na Avenida”. Esse samba foi um dos finalistas de 2019 do Grêmio Recreativo Escola de Samba Unidos do Jacarezinho. Lamentavelmente, não foi o escolhido para representar a escola naquele ano. A Unidos do Jacarezinho é uma escola de samba da cidade do Rio de Janeiro, surgiu da fusão de três agremiações: Unidos do Morro Azul, Unidos do Jacaré e o bloco Não Tem Mosquito. Sediada na Avenida Dom Hélder Câmara, antiga Avenida Suburbana, no bairro do Jacarezinho. Possui seis campeonatos conquistados em grupos de acesso. Embora já tenha chegado ao grupo especial nunca conseguiu manter-se por lá. A Estação Primeira de Mangueira é a sua escola madrinha, com a qual compartilha as cores verde e rosa. Durante a apresentação do samba enredo de 2019, o carnavalesco Eduardo Gonçalves afirmou que pretendia fazer com que a Favela do Jacarezinho fosse o verdadeiro quilombo, que um Nzungú urbano seria feito dentro da comunidade. “A resistência é com o samba de terreiro, com o funk, com o rap. Resistimos com nossas rádios e jornais comunitários, agência de moda e tantos outros pontos de Resistência da cultura negra. Jacarezinho é luta, é resistir, e mostrará o seu verdadeiro quilombo na avenida”<sup>2</sup>

O carnavalesco Eduardo Gonçalves defendeu o que também creio, a resistência é feita através de samba, funk, rap, pela nossa música, pelo terreiro, pelas rádios, jornais, pelas nossas narrativas, pela nossa cultura. Pela comida. Pela luta.

---

<sup>2</sup> Disponível em: <https://sambanaintendente.blog/2018/06/17/nzungu-quilombo-negro-de-resistencia-vamos-fazer-som-de-preto-naavenida-e-o-enredo-da-unidos-do-jacarezinho-para-o-carnaval-2019/>.  
Acessado em: 20/10/2022

## **Zungus - espaços de resistência**

Os Zungus surgiram como uma tática de negros escravizados, libertos e livres que buscavam lutar por sobrevivência, por liberdade e também se configuraram como espaços de resistência cultural, religiosa e de acolhida; inclusive para indivíduos de baixa renda, desafortunados socioeconomicamente ou, como citado no livro “Zungú: Rumor de muitas vozes” que foi referenciado na letra do samba enredo “indivíduos de baixa condição”.

Até marinheiros eram encontrados nos Zungús, procurados como espaços de socialização, troca social e cultural, igualdade, coisas raras numa sociedade violentamente excludente como era a sociedade escravista, mesmo para homens livres de baixa condição, como marujos. (SOARES, 1998, p.60)

Embora não sejamos mais uma sociedade escravista, a escravidão deixou marcas profundas que persistem na história. Mais acentuada torna-se essa nossa condição de violência ao levarmos em consideração que, para nos mantermos como uma sociedade escravista driblamos por anos, leis e imposições mundialmente determinadas que vislumbravam o término dessa escravidão.

Assim, na contramão do cenário mundial, fomos o último país a abolir a escravatura, prolongamos o quanto foi possível o tráfico e o comércio de africanos e negros e pardos que sujeitos às condições racializadas eram subjugados e coisificados. E graças a essa mesma política violentamente excludente que se perpetua, seguimos sentindo e vivendo as agruras que o tráfico e o comércio dessas pessoas, imprimiu em seus descendentes.

Na obra “Zungú: rumores de muitas vozes”, Carlos Eugênio Líbano Soares (1998) afirma que a casa de quilombo <sup>3</sup>traz todos os indícios de ser o ancestral dos Zungus e também diz que a casa de quitanda representa outro termo para o mesmo significado social. Ele também mostra que a década de 1830 foi o apogeu dos Zungus e destaca como que as autoridades policiais da época associavam ao termo valores pejorativos, como sinônimo de desordem, confusão, turbulência, males da população escrava ou de cor. Cita uma ocorrência policial em que o chefe de polícia se refere a uma casa abandonada que é invadida durante a noite como Zungu.

---

<sup>3</sup> Casa de Quilombo: Locais que possivelmente foram os ancestrais dos zungus. É provável que esta denominação esteja relacionada ao vocabulário policial que remete ao local de esconderijo dos escravos foragidos, que é o significado inevitavelmente associado ao quilombo. Na era joanina, a casa de quilombo está intimamente relacionada ao padrão de fuga dos escravizados no ambiente urbano (Soares, 1998).

Não falando do zungú que de noite fazem na mesma casa, onde tem ocorrido frequente desordens que os pretos ali fazem, puxando facas e paus, como de tudo tenho sido testemunha ocular. (SOARES, 1998, p 59)

O Dicionário do Brasil Imperial reúne 406 verbetes entre biografias, conceitos e fatos marcantes da vida política desse período, cobrindo desde a chegada da família real portuguesa ao Rio de Janeiro em 1808, até a proclamação da República, em 1889. Foi organizada pelo historiador Ronaldo Vainfas e contou com a participação de outros estudiosos do século XIX entre eles Hebe Maria Mattos, Lúcia Bastos Pereira das Neves, Lúcia Paschoal Guimarães, Magali Engel, Martha Abreu e Sheila Siqueira de Castro Faria. Em 2002, em entrevista para a Folha de São Paulo em virtude do lançamento do livro, Vainfas revelou que devido à natureza marginal, muitos temas tiveram uma abordagem difícil. O verbete "zungu" foi um desses casos. O termo diz respeito às casas onde escravos e brancos pobres encontravam-se para ouvir música, planejar fugas ou abrigar-se. As chamadas "casas de zungu" só aparecem nos registros das prisões onde seus integrantes iam parar ou em notícias de jornais que reportavam os atos ilegais ali planejados<sup>4</sup>.

Soares (1998) pontua que as leituras que relacionam o Zungu com desordem ou confusão representam os paradigmas da burguesia política e econômica do Rio de Janeiro daquela época. Estes paradigmas estão as voltas com os dilemas de uma sociedade escravista urbana. São essas questões que respaldam as ações truculentas contra as formas comunitárias populares do século passado. Essa visão apontada por Soares (1998) que relacionava as Casas de Angu ou Zungus à desordem, baderna, arruaça, era sustentada pelas classes burguesa, políticas e econômicas da época que queriam que negros livres, escravizados ou libertos permanecessem enfraquecidos, dominados e assim continuassem a serem explorados. Por isso que a repressão pela força e a violência policial era tão utilizada. Embora os espaços habitados e frequentados pelos negros e negras atualmente representem um cenário diferente, a noção depreciativa associada a eles guarda linhas de

---

<sup>4</sup> Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/fsp/ilustrad/fq1508200206.htm>. Acessado em 20/10/2022.

continuidade. São inúmeros os exemplos de ações policiais violentas<sup>5</sup> contra negros em comunidades ou mesmo fora delas.

Almeida (2019) afirma que o grupo dominante terá que assegurar o controle da instituição para lidar com os conflitos, e que isso não se dará apenas pelo emprego da violência, mas pela produção de consensos sobre a dominação. Desse modo, os grupos subalternizados receberão concessões a fim de que questões essenciais como o controle da economia e das decisões políticas permaneçam no grupo hegemônico.

Entretanto, para além das estigmatizações produzidas pelas classes dominantes brancas, o que realmente eram esses complexos espaços denominados Zungus? Na obra “Povo de Cam na capital do Brasil: A escravidão urbana no Rio de Janeiro do século XIX”, Luís Carlos Soares (2007), afirmou que Debret, ao descrever sua gravura das vendedoras de angu, sugeriu que este era o principal alimento das famílias mais pobres e seus escravos e também dos cativos que eram responsáveis por sua própria alimentação. O angu foi o elemento chave para a criação dos espaços posteriormente conhecidos como Zungus ou Casas de angu. A alimentação fornecida pelos senhores era escassa ou de má qualidade, logo por conta da alimentação os escravizados justificavam o encontro e assim socializavam, trocavam experiências e rememoravam histórias da África, terra natal tão distante. (SOARES, 1998)

Aluísio de Azevedo que, em 1890 publicou “O Cortiço”; Lima Barreto com a obra póstuma “Marginália”, coletânea de crônicas e artigos escritos entre 1911 e 1922, publicada em 1953; e Mário de Andrade com “Macunaíma”, publicado em 1928, apresentam citações às Casas de Angu ou Zungu (e seus termos correlatos) com a intenção de ambientar a vida cotidiana retratando as questões que envolviam o cenário do Rio de Janeiro do século XIX sem intuito depreciativo ou vexatório, é possível percebermos as funções sociais desses espaços que serviam alimentação a baixo custo, funcionavam como local de socialização, abrigavam pessoas em situação de vulnerabilidade social e eram espaços de manifestações culturais e religiosas. Cada uma dessas funções foi apresentada e descrita por pesquisadores como Luiz Carlos Soares (2007) e Carlos Eugênio Líbano Soares (1998, 2008). Outros estudiosos da escravidão como Mary C.

---

<sup>5</sup> Violência policial contra negros e racismo institucional pioram com crise no Brasil. No país, vítimas têm cor e endereço. Pesquisa do Centro de Estudos de Segurança e Cidadania (Cesec) mostra a escalada de violência policial na cidade do Rio de Janeiro. Disponível em: <https://www.cut.org.br/noticias/violencia-policia-contra-negros-e-racismo-institucional-pioram-com-crise-no-bra-46c5>. Acessado em: 18/01/2023.

Karasch, Leila Mezan Algranti, Elisa Larkin embora não tenham definido ou mencionado os Zungus ou as Casas de Zungu, também em função de suas pesquisas sobre quilombos, angus e afins contribuíram para a compreensão dos conceitos do Zungu.

Luiz Carlos Soares e Carlos Eugênio Líbano Soares concordam em linhas gerais acerca das principais características dos Zungus ou Casas de Angu: habitações coletivas, geralmente administradas por mulheres negras, lugares onde os escravos que circulavam pela cidade encontravam-se para pouso, para participarem de festas e para saborear o angu (comida básica do escravizado). Carlos Eugênio Líbano Soares embora seja autor de um livro todo dedicado ao tema, credita a Luiz Carlos Soares como o estudioso da escravidão que forneceu a definição mais profunda e lúcida do Zungu, afirmando ainda que sua tese é de longe o trabalho da historiografia recente que mais dedicou espaço aos Zungus. (SOARES, 1998) Para Luiz Carlos Soares os cultos religiosos realizados nos Zungus estão relacionados ao candomblé. Enquanto que para Carlos Eugênio Líbano Soares a religiosidade africana no Rio de Janeiro do século XIX, principalmente na primeira metade do século, era bem mais complexa.

Na obra “A capoeira Escrava no Rio de Janeiro – 1808-1850”, Carlos Eugênio Líbano Soares (2008) nos apresenta algumas reflexões sobre o tema. Zungus representam a mais importante instituição da cultura escrava do Rio de Janeiro do século XIX, mais do que um local de descanso, uma referência obrigatória da cidade. Afirma ainda que não é possível falar da geografia da escravidão no Rio de Janeiro desse período sem referenciar as Casas de Angu. São espaço de solidariedade, referencial da identidade coletiva, profundamente ligado a um sentido de comunidade. Lugar de luta e resistência contra as arbitrariedades dos senhores e as intervenções do Estado, onde os cativos em mais alta hierarquia ocupacional proporcionavam apoio efetivo aos demais companheiros de cativeiro. Ele nos revela que alguns anúncios de escravos fugidos da época informavam que cativos não apelavam aos Zungus apenas como refúgios, mas como agências de novas casas coletivas para uso comunitário criando polos da vida social urbana de negros nativos e africanos. Os Zungus foram o *locus* da formação de novas famílias, extensas, não consanguíneas que surgiram para suprir um pouco o desespero da escravidão em terras estranhas. Em “Zungú: rumor de muitas vozes”, Carlos Eugênio Líbano Soares (1998), afirma em síntese que os Zungus são pontos de abastecimento cultural da população negra, escrava ou livre, africana ou crioula, no meio urbano. Como local de alimentação,

apresentavam-se como ponto estratégico para chamar os escravos à luta contra a repressão.

Os Zungus foram formados nos moldes dos quilombos, com a resistência dos quilombos, eram espaços de reação à dominação Estatal e senhoril, seus propósitos eram a acolhida, o refúgio e a solidariedade, uma consagração à irmandade e aos bons afetos entre negros escravos, libertos e livres, assim como de outros excluídos que buscassem congregar a cultura, a religiosidade e os laços pretos.

### **Novos zungus: a cozinha como espaço identitário, cultural e de resistência**

A cozinha contém e exprime a cultura de quem a pratica.  
Massimo Montanari

A cozinha é o símbolo da civilização e da cultura. Ela é o que nos diferencia dos demais animais, isso por que enquanto heterótrofos todos nós necessitamos ingerir, (o ser humano e demais animais) ou absorver moléculas orgânicas pré-formadas de outros seres vivos, para obtenção de energia e síntese das biomoléculas de que necessitamos, essa é uma condição fisiológica, por isso nos alimentamos. Mas apenas nós, enquanto seres humanos temos a capacidade de acender e usar o fogo, tecnologia que, juntamente com outras nos capacita a fazer cozinha. Por isso, cozinhar é a capacidade exclusivamente humana, é o gesto que transforma o produto natural em algo excepcionalmente diverso.

Na obra “Comida como Cultura”, o historiador Massimo Montanari (2004) afirma que assim como a língua falada, o sistema alimentar contém e transporta a cultura de quem a pratica, é depositário das tradições e da identidade de um grupo. Sendo assim um extraordinário veículo de representação de troca cultural: é instrumento de identidade.

Lévi-Strauss (2013), já havia proposto o antagonismo cultura/natureza para a explicação comparativa de linguística com alimentos através da elaboração do seu “O Triângulo Culinário”. Para Lévi-Strauss “a cozinha é articuladora das categorias natureza e cultura e também expressa uma linguagem por interligar sistemas de oposições.” Como forma de explicar as atividades relacionadas com a cozinha, Lévi-Strauss, propôs o triângulo CRU-COZIDO-PODRE. Onde o cozido representa as modificações culturais do cru e o podre as transformações naturais. No ápice do triângulo está o CRU (o natural) e as bases são formadas pelo COZIDO e pelo PODRE (as modificações).

Citando Lévi-Strauss, DaMatta (2012)<sup>6</sup> também faz uma análise a partir da noção do CRU e do COZIDO. Sua avaliação afirma que mais do que estados pelos quais passam os alimentos, o CRU e o COZIDO são modalidades pelas quais se pode falar de transformações sociais, pois ajudam a classificar coisas, pessoas e até mesmo ações morais no nosso mundo. Para ele é possível equacionar simbolicamente a mulher com a comida e o doce com o feminino, o salgado e o indigesto seriam associados a tudo o que nos der a ideia de algo duro e cruel.

A cozinha de um grupo não se resume a um conjunto de pratos representativos. Mas se compõe de uma série de elementos pautados na tradição desse grupo, de modo que esses elementos sejam capazes de constituí-la com características próprias e referenciadas diante das demais cozinhas. A construção da cozinha de qualquer unidade de pertencimento, de um país, de uma região ou de um grupo étnico, segue caminhos diferentes, que estarão relacionados com as suas condições históricas. Deve-se, necessariamente, ao se focalizar essas cozinhas, levar em consideração o processo histórico-cultural, contextualizando e sua existência.

A alimentação, quando constituída como uma cozinha organizada, torna-se um símbolo de uma identidade, atribuída e reivindicada, por meio da qual é possível nos orientar e nos distinguir. Mais do que hábitos e comportamentos alimentares, as cozinhas implicam formas de perceber e expressar um determinado modo ou estilo de vida comum a um determinado grupo. Assim, o que é colocado no prato serve para nutrir o corpo, mas também sinaliza um pertencimento, servindo como um código de reconhecimento social. (MACIEL, 2005)

Assim como a Linguagem, a Cozinha tem métodos que inspira e transpõe domínios pois ambas constituem formas de atividades humana verdadeiramente universais. Não existe sociedade sem linguagem, assim como também não existe nenhuma sociedade que de alguma forma não cozinhe algum dos seus alimentos. (LÉVI-STRAUSS, 2013)

Para Bloch (2005) existe interdependência dos indivíduos entre si e para com a comunidade na qual eles estão inseridos. E essa conexão social inicia-se com o que há de

---

<sup>6</sup> Texto “Sobre comidas e mulheres” de Roberto DaMatta. Disponível em <https://www.ufjf.br/pensandobem/files/2012/02/texto-VII2012.pdf>. Acessado em: 03/12/2022. O texto faz parte da obra: O que faz o Brasil, Brasil? Do mesmo autor, publicado pela Editora: Rocco em 1986.



mais primário, o instinto de autopreservação. A autopreservação não se resume a suprir as necessidades mais primárias, notadamente, a fome, mas também as que se desdobram a partir dela acompanhando as alterações sócio-históricas. Segundo ele, o faminto tem crédito. O autor entende as pulsões que brotam direta e indiretamente da fome, porém a fome é o ponto edificante, é o seu ponto de referência, é a fome que faz a conexão concreta com a realidade. Ele entende a fome como a pulsão mais elementar e confiável (mais que a libido freudiana), pois ela é o impulso de autopreservação mais evidente e universal do ser humano. A negação e a carência provenientes da fome, enraízam a esperança de superar a ausência presente, voltando-se para o futuro.

A humanidade é formada por indivíduos da esperança e como tais são seres capazes de criar outro futuro. A esperança que mobiliza em busca da alegria também cria a “raiva” diante das condições que negam a existência e a sobrevivência do indivíduo. A esperança da ação, desacomodada, pragmática à realidade, livre de idealismos que nos mobiliza a interferir na história. (FREIRE, 1992)

Partindo da premissa que a Fome mobiliza tanto a Esperança quanto a Cozinha, e que a Cozinha e a Linguagem são atividades humanas universais; A Cozinha é uma forma de expressão que pode ser entendida como uma Linguagem e, tal qual a Esperança é peculiar aos seres humanos. Sendo assim, me sinto confortável para afirmar: A Cozinha é uma Linguagem de Esperança!

"Há uma esperança decisiva na ponta do fuzil: A morte ou a vida enriquecida aquecida de amor e comida Há uma esperança levantada nos punhos fechados: A morte ou a vida cheia de vida plena de igualdade e verdade Há uma esperança na faca da sombra: A morte ou a vida dos meninos meninas homens mulheres e os sinos... Há uma esperança de tocaia na fúria: A vida crivada de sonhos de balas de mel na boca do mundo". (CUTI, 1978)<sup>7</sup>

A compreensão está na esperança nos punhos fechados, na faca da sombra, de tocaia na fúria. É a mesma esperança presente na Canção Óbvia, de Paulo Freire, poema escrito durante seu exílio político: “Não te esperarei na pura espera/porque o meu tempo de espera é um/tempo de quefazer”. E a mesma compreensão presente no provérbio africano “E enquanto você reza, vai fazendo”.

---

<sup>7</sup> Poema do jovem Luís Silva, pseudônimo Cuti, então com 26 anos, um dos poetas que publicou no n.1 dos Cadernos Negros de Poesia.

Os Zungus também trazem essa esperança transmutada de ação.

No Rio de Janeiro novos espaços foram inaugurados durante a pandemia, alguns deles geridos por empreendedores negros, na maioria dos casos cozinheiras e cozinheiros que se arriscaram em empreender durante um período onde tantos estabelecimentos estavam passando por dificuldades ou sendo fechados e partiram para a ação abrindo seus próprios negócios. A maior parte desses lugares são segundos seus administradores, Novos Zungus. E se considerarmos a forma como os Zungus se configuravam, fica admissível compreender porque essas pessoas definem seus espaços assim.

A resistência, a determinação e a união parecem ter sido resgatadas dos modelos ancestrais tão presentes naqueles espaços do século XIX sendo reconfigurados e remodelados, mantendo a persistência em existir, a resistência em sobreviver, a força por lutar tipicamente oriundas da ancestralidade quilombola perpetuada dos Zungus e renascidas nestes espaços agora chamados de Novos Zungus.

O que também se configura como uma forte marca presente em muitos desses lugares é a noção de solidariedade, um sentido de comunidade. Muitos deles trazem a pluralidade presente pois são bar, produtoras de eventos culturais, livraria, floricultura, loja de acessórios, onde cada um tem um gestor próprio, mas todos eles sob a égide do restaurante, ou seja, a cozinha como o centro agregador para o funcionamento de outros espaços. Mais um traço remanescente da ancestralidade Zungu, a manifestação da cultura, da identidade e da resistência preta pela cozinha. Vale ressaltar uma questão importante, nesses novos Zungus, diferentemente dos primeiros, a clientela mais frequente é formada pela classe média negra, em geral politizada e universitária. É relevante mencionar que essas novas características dos frequentadores, apontam para conquistas históricas imprescindíveis dos negros, marcando também limites dados por cortes de classe.

O empreendedorismo preto tem despertado certa atenção político-econômica. Tanto que a Secretaria Municipal de Cultura do Rio de Janeiro firmou apoio a Kanu Akin Trindade para produzir o “Zungu: Guia de Gastronomia Preta do Rio de Janeiro”, publicado no mês de novembro de 2021. O desenvolvimento do guia tinha o intuito de fomentar em moradores e amantes da cidade o orgulho pela cultura e gastronomia. Kanu é um dos administradores do “Dida Bar e Restaurante”, estabelecimento tradicional na cidade do Rio de Janeiro, e foi ele quem propôs a curadoria e a organização do Guia.

“Convidamos para fazer um movimento de construção de coletividade, e criação de uma rede”. O guia teve a participação de 21 estabelecimentos espalhados pela cidade e contou o apoio da Prefeitura através da Secretaria Municipal de Cultura e também da Subprefeitura do Centro. (COSTA, 2021) Kanu é um dos filhos de Dida Nascimento, idealizadora e cozinheira do “Dida Bar e Restaurante”. Quando nos falamos, Kanu estava as voltas com a finalização do projeto cuja data de lançamento estava bem próxima. Minha primeira tentativa de contato com algum responsável do Dida foi feita através de uma visita ao restaurante em 08 de maio de 2021. Não consegui conversar com nenhum responsável, mas mantive a ideia de incluir a Dida e o seu tão tradicional bar na pesquisa. Retornei o contato através do Instagram do estabelecimento no dia 13 de outubro de 2021. Minha mensagem via Direct dizia:

*Boa tarde! Espero que todos estejam muito bem!*

*Sou Debora Rios, bisneta, neta e filha de cozinheira. Por capricho da vida me tornei professora. Mas trago os temperos comigo e tenho nas panelas e na lida da cozinha a minha paixão. Atualmente, faço mestrado em Antropologia e é evidente que mulher, negritude e cozinha foram os temas pelos quais me interessei para fazer a minha pesquisa. Gostaria muito de contar com a trajetória de vida da Dona Dida, com o início do Dida Bar e com tudo que puder ser dividido comigo. Poderíamos marcar para conversarmos?*

*Meu telefone (21) xxxxxxxxxxx - Com WhatsApp*

No mesmo dia, pouco tempo depois recebi uma resposta super acolhedora do Renan, funcionário do “Dida Bar e Restaurante”. Ele me parabenizou pelo “esforço e empenho em uma pesquisa para somar com nosso povo” e me passou o contato do Kanu, identificando-o como um dos sócios, me orientou a mandar uma mensagem via WhatsApp e informando que já havia avisado ao Kanu que eu faria contato.

### **O Guia Zungu da Gastronomia Preta**

Iniciei meu contato com Kanu através do WhatsApp ainda no dia 13 de outubro. No mesmo dia ele me respondeu se prontificando a contribuir no que fosse necessário para a “pesquisa sobre a vida da Dida”. Respondi que seria interessante que ele tivesse um tempinho para poder falar comigo ou, de preferência, se possível, me passasse o contato da própria Dida para que pudéssemos conversar diretamente. Fiquei sem resposta por dois

dias, até que dia 15 ele me mandou uma mensagem com um documento em word cujo título era “Release da Dida”. Juntamente com o documento falou da sua torcida para que fosse útil, mas que eu poderia avisar caso precisasse de algo mais profundo. Agradei e informei que certamente existia muita utilidade no documento, afinal toda informação pode ser valiosa, porém reafirmei do quanto mais precisa ficaria a pesquisa caso eu pudesse conversar com a própria Dida.

Posteriormente, no dia 20 de outubro, Kanu voltou a me contactar, se desculpou pela demora e informou da agitação que estavam as organizações em função da finalização do “Zungu: Guia de Gastronomia Preta”. Ele me estimulou a entrar em contato com a própria Dida, mas devido às respostas mais ligeiras de outras interlocutoras, a entrevista com a Dida ficou para um projeto futuro. O livreto começou a ser distribuído gratuitamente nos estabelecimentos participantes em 20 de novembro de 2021 em Comemoração ao Mês da Consciência Negra.

O “Zungu: Guia de Gastronomia Preta” surge para valorizar a gastronomia preta da cidade, despertando o orgulho através da nossa culinária, dos nossos espaços, dos nossos afetos, dos nossos lugares de pertencimento e identidade. No “Zungu: Guia da gastronomia Preta” da cidade do Rio de Janeiro, os chefes, as chefes, os cozinheiros e as cozinheiras são os guardiões da ancestralidade culinária.

Na época, inúmeros canais noticiaram sobre o lançamento do Guia<sup>8</sup>. Estes são os 21 Zungus do “Guia Zungu da Gastronomia Preta”<sup>9</sup>:

---

8

Sites com informações sobre o Guia Zungu da Gastronomia Preta. Diáspora Black. Disponível em: <https://diaspora.black/zungu>. Acessado em 20/11/2023. NossaUOL com o título “Guia gastronômico Zungu exalta e divulga o jeito afrocarioca de cozinhar. Disponível em: <https://www.uol.com.br/nossa/noticias/redacao/2021/12/29/guia-gastronomico-zungu-exalta-e-divulga-o-jeito-afrocarioca-de-cozinhar.htm>. Acessado em 20/11/2023. Coluna Rede de Sabores escrito por Luciana Froes com o título: ‘Zungu - Guia de Gastronomia Preta’ reúne 21 casas cariocas e sabores ancestrais”. Disponível em: <https://blogs.oglobo.globo.com/luciana-froes/post/zungu-guia-de-gastronomia-preta-reune-21-casas-cariocas-e-sabores-ancestrais.html>. Acessado em: 20/11/2023.

<sup>9</sup> A maior parte destas informações são públicas. Algumas foram conseguidas através do próprio “Zungu: Guia de gastronomia preta”. Outras foram possíveis através de contato com Instagram de cada estabelecimento. Segue o endereço do “Guia Zungu da Gastronomia Preta” no Instagram: <https://www.instagram.com/guiazungu/>

- **Afro Gourmet** - Chef Dandara Barbosa - Rua Barão do Bom Retiro, 2316 – Grajaú.
- **Assados da Vila** – Chef e Barman Leandro Francisco - Rua Jorge Rudge 60 loja C - Vila Isabel.
- **Ateliê Bonifácio** – Idealizado Juliana Bonifácio / Cozinha comandada por Makuenza mãe de Juliana Rua do Senado, 47 – Centro
- **Bar da Dona Esponja** – Idealizado por três amigos Carol, Victor e Lucas Rua Haddock Lobo, 347 Loja C – Tijuca
- **Bar do Seu França** – Idealizado pelos irmão Fábio e Rodrigo França Rua Joaquim Silva, 123 – Lapa
- **Casa D’Samba** - Rua Clara Nunes, 61 (ao lado da Quadra da Portela) – Madureira
- **Coletivo Bar** – Comanda por Flávio Fernandes Rua Visconde de Itamarati, 115 - Maracanã
- **Cheirinho de Dendê** – Comandado pela chef Rosa Perdigão Beco João Ignácio, 04 - Largo da Prainha
- **Da Pedra** – Comandado pela cozinheira Musa das Panelas que também atende pela alcunha de Luiza Souza Rua Argemiro Bulcão, 33 – Saúde
- **Dida bar e restaurante** – Comandado por Dida Nascimento - Rua Barão de Iguatemi, 379 (Casarão) – Praça da Bandeira.
- **G&G Gourmet** – Idealizado e Comandado pela Chef Georgia Gomes Ladeira João Homem, 13 - Morro da Conceição
- **Kaza 123** – Comandado pela Chef Maria Júlia Ferreira Rua Visconde de Abaeté, 123 - Vila Isabel
- **Na Minha Casa** – Comandado pelo Chef João Diamante Av. Engenheiro Richard, 24 - Grajaú
- **Pastel.com** – Idealizado pelo casal Marina e Léo Avenida Rio Branco, 156, 2º piso (Edifício Central) – Centro
- **Quilombo Aquilah** Idealizado pelas amigas Hozânia e Cláudia Rua Godofredo Viana, 64, Tanque – Jacarepaguá - Colônia do Curupaiti
- **Quilombo Cultural Casa do Nando** – Idealizado por Fernando Luiz Rua Camerino, 176 - Centro
- **Restaurante Atlântica** – Comandado pelo Chef Vagner Luiz Avenida Guanabara - Jacaré

- **Toca do Criolice** - Rua Matriz de Camaragipe, 153 - Padre Miguel
- **Tô na Boa** – Comandado pela Chef Gizele Martins Rua Luiz Borracha, 722 - Vargem Grande
- **YaYá Comidaria Pop** – Chef Andressa Cabral Rua Gustavo Sampaio, 361/ Loja A - Copacabana
- **Zona Sul da Zona Norte** – Idealizado por Rodrigo Rosa, criador dos pratos / Cozinha comandada pela Werica Nunes, cunhada de Rodrigo Rua Volta Grande, 01 – Del Castilho.

No Release que o Kanu me forneceu obtive algumas informações muito úteis. Dida herdou da mãe, tia Maria - dona de bar na Pavuna, o dom das panelas, o sorriso e o tino para o negócio. Cresceu no bairro do Cachambi, sua avó Coracy teve 7 filhos e todos construíram suas casas no terreno. Dida relembra do lugar dizendo “era como um Quilombo”. Conciliou a graduação em economia com o emprego. Ao se aposentar resolveu abrir com os filhos e sobrinhas um bar na região central do Rio, onde homenageia a África e a cultura negra.

No cardápio, pratos típicos de países como Moçambique e Angola. Em 2017 foi o único estabelecimento brasileiro a preparar um petisco “africano” para o concurso “Comida de Buteco”, o petisco Cestinha de Hauça, segundo Dida, uma releitura do africano Arroz de Hauça. Foi homenageada por Marielle Franco com a medalha Chiquinha Gonzaga, concedida pela Câmara dos Vereadores, destacando que a homenagem era por Dida estar à frente de um local que aliava gastronomia, família, cultura negra e acima de tudo afeto.

## Cozinheiras Negras em seus Novos Zungus

Negro cantando samba  
Era coisa feia  
Esse é negro é vagabundo  
Joga ele na cadeia  
Hoje o branco tá no samba  
Quero ver como é que fica  
Todo mundo bate palmas  
Quando Osvaldinho toca cuíca (...)  
Vai Cuidar da Sua Vida – Itamar Assunção

A familiaridade com o mundo da cozinha me despertou um certo desconforto quando, por meio de uma perspectiva mais criteriosa, pude notar que, embora as mulheres pretas possuíssem protagonismo histórico neste espaço, suas histórias via de regra não alcançavam sucesso propondo retorno econômico e reconhecimento social.

No livro “Mulheres, Raça e Classe”, Angela Davis (2016) evidencia algumas situações da relação e presença constante de mulheres negras na cozinha. “a característica especial do trabalho doméstico durante a escravidão (...) envolvia afazeres que não eram exclusivamente femininos (...) as mulheres cozinhavam e costuravam. (DAVIS, 2016, p. 14) “Depois de um quarto de século de “liberdade” (...) Apenas um número infinitesimal de mulheres negras conseguiu escapar do campo, da cozinha ou da lavanderia. (DAVIS, 2016, p. 97) “diversas mulheres que chegaram a lecionar em escolas, mas que haviam sido demitidas devido ao “preconceito”. Expulsas da sala de aula, haviam sido obrigadas a trabalhar na lavanderia e na cozinha. (DAVIS, 2016, p. 102).

Evidente que a cozinha também se constitui como um espaço colonial e justamente por isso se torna um local inconveniente, inoportuno e desprezível para muitas mulheres negras. Ainda assim, é inegável reconhecer que mulheres negras possuem conhecimento circunstanciais e históricos do fazer culinário. O que destoa e se impõe como um marcador de racismo e misoginia é o fato de que quando essas mulheres negras reivindicam a cozinha como arrendadoras, todo o patrimônio histórico pertencente a elas é sumariamente menosprezado.

São inúmeras as citações dos fazeres culinários de Tia Nastácia nas histórias de Monteiro Lobato. Ela era quem cuidava da cozinha e toda sorte de quitutes no Sítio do Pica Pau Amarelo. (SANTOS, 2008) Em exemplos distintos fica marcada a destreza de Tia Nastácia na cozinha, porém o livro de receitas culinárias recebeu o nome de *Dona*

*Benta – Comer Bem*<sup>10</sup>. As receitas, o saber culinário, a combinação de sabores e texturas, a detentora do comando da cozinha era Tia Nastácia, mas quem dá nome ao livro de receitas é a sinhá branca.

Freyre (2003) destaca a destreza das negras na cozinha e afirma que muitas receitas tradicionais foram reinventadas por conta dessas habilidades. Ingredientes como amêndoas ou farinha de trigo foram, muito comumente, trocados por castanhas de caju ou farinha de mandioca, respectivamente, devido à ausência dos ingredientes originais. Assim, novas receitas foram criadas e embora possuam influência portuguesa, foram moldados pelas mãos das negras africanas, possibilitando o surgimento de receitas com a identidade brasileira. Este é, por exemplo, o caso do doce português Brisa de Lis ou Brisa-do-Lis, um doce convencional que possivelmente deu origem ao quindim. Originalmente, confeccionado com gemas de ovos, açúcar e amêndoas. Mas as amêndoas tiveram que ser substituídas devido a sua ausência no Brasil.

A cozinha, enquanto reunião de práticas e conhecimentos relacionados ao fazer culinário, passou por alteração pertinente ao longo da sua história, sendo atualizada, inovada e aprimorada continuamente. Alcançou nível profissional, uma vez que exige qualificação e proficiência e se popularizou, já que está presente em inúmeros espaços atendendo a públicos diversos. Porém, mantém raízes nas desigualdades proporcionadas pelas distinções de racialidade, de gêneros e estratificação de classe, em outros termos, se fundamenta no racismo, na misoginia e no capitalismo. Inicialmente estava ligada ao campo feminino, conseqüentemente ocupava o âmbito do doméstico, também tinha fortes laços no racial e durante muito tempo foi meio de obtenção de sustento ou complementação da renda familiar das classes mais pobres.

---

<sup>10</sup> Dona Benta – Comer bem: O livro teve a sua primeira edição lançada em julho de 1940, na cidade de São Paulo, pela Editora Nacional. Contava com 615 páginas e teve tiragem de 20 mil exemplares que se esgotaram rapidamente. A obra não tem um só autor/autora, segundo a pesquisa de Michele Rocha Chaves vinculada a Universidade Federal de São Paulo, depoimentos dizem que os editores e suas esposas testavam e provavam as receitas e estas posteriormente foram compiladas até chegarem ao nome de Dona Benta – Comer bem. A ideia para a publicação teria partido do Diretor de Produção da Companhia Editora Nacional, Rubens de Barros Lima, para suprir a ausência de um livro de culinária no catálogo da empresa. Em 2003, foi atualizado e ampliado pelo *chef* Luis Cintra e em 2013, foi lançada a septuagésima sétima edição. Atualmente, o livro ainda está nesta edição, mas possui mais de mil páginas de receitas. Disponível em: <https://memorialdotempo.blogspot.com/2016/04/o-paladar-do-tempo-livro-dona-benta.html>, em: <https://www.farofamagazine.com.br/artigos-da-farofa-magazine/comer-bem-da-dona-benta-e-um-classico-necessario-e-arcaico/>, e também em: [https://pt.wikipedia.org/wiki/Dona\\_Benta:\\_Comer\\_Bem](https://pt.wikipedia.org/wiki/Dona_Benta:_Comer_Bem). Todos acessados em: 15/01/2023.



Para alçar estratos concernentes com os reivindicados pelo que se pretende nobre aos olhos da burguesia, o fazer culinário se fez gastronomia, apartou-se de seus eixos mais primordiais, transgredindo de modo retrógrado e anacrônico, em caminhos dissimulados e furtivos rumo ao embranquecimento, ao masculino e ao elitista.

Ao longo de toda pesquisa de mestrado que dá respaldo a este trabalho, minha maior pretensão foi fundamentar uma etnografia que evidenciasse a forma como cozinheiros pretos e cozinheiras pretas passaram e ainda passam por um apagamento histórico com evidentes consequências sociais e econômicas no mundo da gastronomia, que é um mercado eurocentrado e embranquecido. Isto porque seus conhecimentos empíricos e suas formações técnicas e/ou acadêmicas são invisibilizadas pelo racismo e misoginia que, fortalecidos pela raço colonial e classista negligenciam a expertise destes profissionais, das cozinheiras principalmente. É deste raço colonial e classista que precisamos nos libertar.

Ainda não estava definido quem seriam as interlocutoras. Mas a prontidão do Renan em responder me animou a mandar mensagens para outras cozinheiras. Procurei manter o eixo Centro/Zona Norte da cidade do Rio de Janeiro e assim fiz contato com as seguintes profissionais: Dandara Batista do AfroGourmet, Georgia Gomes do G&G Goumert, Leila Leão do Casa Omolukum, Maria Júlia do Kaza123/Angurmê e Rosa Perdigão do Cheirinho de Dendê.

Repeti a mesma mensagem que havia enviado para o Instagram do Dida Bar e Restaurante e mandei mensagens via Direct para os estabelecimentos e os perfis pessoais de cada uma destas profissionais.

Posteriormente, defini que a pesquisa traria trajetórias de duas ou três cozinheiras que comandassem seus Zungus. Esta indefinição quanto ao número de interlocutoras era devido ao fato de que ainda estávamos em plena pandemia de Covid 19. As visitas a locais públicos ainda se davam com parcimônia. As autoridades sanitárias mantinham as recomendações quanto ao uso de máscaras e demais modos de prevenção. Os estabelecimentos ainda estavam funcionando em horários específicos, restringindo o número de frequentadores e tomando medidas cautelares como afastamento entre as mesas, evitando ao máximo o contato entre os comensais que estivessem em mesas diferentes. Enfim, frequentar bares e restaurantes, principalmente os que não dispunham de ambiente aberto e arejado, ainda exigia cautela e as visitas e as entrevistas e

conversas dependeriam das respostas dadas através dos primeiros contatos, assim como também dependeria de quantas cozinheiras responderiam se prontificando a conversar pessoalmente, via WhatsApp ou por meio de qualquer outro recurso tecnológico.

Curiosamente os primeiros contatos que tentei foram com a Georgia Gomes do G&G Gourmet e com a Maria Júlia Ferreira do Kaza 123. Com a Georgia tentei um primeiro contato no dia 03 de agosto de 2021, através do WhatsApp do restaurante, não obtive resposta. Já com a Maria Júlia o contato inicial se deu dia 17 de setembro de 2021 via Instagram do Kaza 123, também sem resposta. No dia 13 de outubro de 2021 através do Direct do Instagram de cada um dos estabelecimentos assim como de suas respectivas cozinheiras, arrisquei um novo contato. Nesta ocasião mandei mensagens para: Dandara Batista do Restaurante Afro Gourmet, Dida Nascimento do Dida Bar e Restaurante, Georgia Gomes do G&G Gourmet, Leila Leão do Casa Omolukun, Maria Júlia Ferreira do Kaza 123 e Rosa Perdigão do Cheirinho de Dendê.

Todas responderam pelo próprio Instagram, com exceção de duas. Após algumas novas tentativas consegui resposta positiva da Georgia, marcamos para conversar no dia 20 de outubro de 2021 às 15h, no “G&G Gourmet” localizado no Morro da Conceição, Ladeira João Homem, número 13. Posteriormente, com a mudança de endereço para a Rua Sacadura Cabral, nº55, o estabelecimento passou a ser chamado de “G&G Gourmet Pequena África”. Após um encontro acolhedor, com aromas de abrir qualquer apetite e uma conversa reveladora, segui para casa, mas antes resolvi arriscar uma parada no Kaza 123 e tentar um novo contato com a Chef Maria Júlia. Minha decisão foi recompensada e no mesmo dia consegui conversar com as duas chefs.

Com essas conversas, iniciei minha etnografia sobre essas cozinheiras. Outras visitas aos seus respectivos Novos Zungus foram feitas e outras conversas e experiências gustativas foram vividas, mas estas conversas iniciais foram primordiais para os capítulos: Georgia Gomes, a passista que é do Bobó - G&G Gourmet Pequena África e Maria Júlia Ferreira, a designer do Angu – Kaza 123 - Restaurante Angurmê.

Georgia tem uma linda história vivida no samba, coleciona referências e premiações como passista e foi através do estímulo daqueles que provavam da sua comida em uma roda de samba particular entre familiares e amigos que em uma determinada ocasião se deliciaram com seu bobó de camarão que surgiu a ideia de trabalhar com comida. O “Bobó da Georgia” cresceu, virou notícia, o evento se tornou conhecido e

alcançou um público para além dos familiares e amigos, chamando a atenção da mídia. Georgia se deu conta que o empreendimento estava crescendo e ganhando força. Começou a colocar barracas de caldos, trabalhava em feiras e eventos diversos, muitos deles ligados ao samba.

Através da publicação no Facebook de uma amiga que estava fazendo um curso de gastronomia Georgia entendeu que seria importante voltar a estudar. Foi neste momento que os dois cursos de gastronomia foram realizados. O primeiro deles foi o “Gastromotiva”, curso com enfoque assistencialista, com limite de idade, o que impediria a Chef de obter uma vaga, mas ela contou sua história e conseguiu a vaga. Posteriormente fez o curso “Diamantes na Cozinha” do Chef João Diamante e acabou conseguindo o posto de cozinheira no restaurante da Ladeira João Homem, que na época tinha outro nome e era gerido por um senhor que passou a dizer a todos que a comida preparada pela Chef Georgia eram suas criações. Apenas com a saída deste senhor da liderança do restaurante e o convite do proprietário do espaço para que a Chef Georgia assumisse a liderança do restaurante, foi que sua história como empreendedora e Chef realmente mudou.

Maju Ferreira cozinha desde criança. Ainda na escola levava bolos e outros quitutes para vender aos colegas de turma. Esta sua aptidão pela cozinha fez com que ela desenvolvesse o interesse pelas histórias das comidas, foi assim que ela buscou informações sobre angu, um prato de afetividade familiar. Porém, foi através da formação em designer têxtil e gráfico que se deu sua inserção profissional no mercado de trabalho.

Durante um período de dificuldade financeira se viu motivada a voltar a cozinhar e tornar a sua cozinha um fazer profissional. Começou a oferecer seus serviços em eventos para amigos e familiares, entre outras preparações ofertava feijoadas, mocotós, cozidos e angus. Mas foi com o angu que sua vida na gastronomia mudou. Devido à inauguração de um empreendimento, um amigo a chamou para preparar seu “angu gourmet” e foi durante a divulgação desse evento que o nome surgiu e sua cozinha passou a ser conhecida como Angurmê. Estabeleceu um ponto de venda do seu Angurmê pelas ruas da Vila Isabel, bairro da Zona Norte do Rio de Janeiro. Como se tratava de um local sem ponto fixo, vivia as voltas pelas ruas do bairro carregando panelas e demais utensílios de cozinha em um carrinho de supermercado. Até que a oportunidade de gerir seu próprio restaurante surgiu, através da parceria com alguns amigos, assim inaugurou o Kaza 123, espaço que conta

com bar, livraria, ateliê de roupas e espaço de eventos, todos sobre a égide da Cozinha. Uma Casa de Angu ou Zungu nos moldes antigos, fundamentada pelo Angurmê.

### **Considerações finais**

Resumidamente tento aqui apresentar um pouco das narrativas das Chefs Georgia Gomes e Maria Júlia Ferreira que tive o privilégio de ter acesso. Tenho consciência que a riqueza de detalhes é parcialmente excluída, mas creio que o relevante se faz evidente. O ponto crucial para a elaboração da problematização que fundamentou esta pesquisa foi o não reconhecimento, a desvalorização e a desvalorização que a expertise e a antiguidade que o fazer culinário feminino negro detêm em nossa sociedade. A cozinha realizada por mãos femininas é estigmatizada desde os primórdios da profissionalização deste saber. Somada a questão sexista que envolve o trabalho feminino de cozinha ao racismo tão presente em diversas sociedades ocidentais, este, assim como tantos outros fazeres femininos negros, adquire conotações aviltantes.

O encontro com Maju Ferreira, me apresentou ao termo Zungu, a busca por conhecimentos mais específicos sobre o conceito por trás do termo revelou que estes espaços eram geridos por mulheres negras. Neste ponto se estabeleceu a ligação entre as trajetórias das possíveis interlocutoras, seus estabelecimentos e de como o poder do racismo e do sexismo apartam essas mulheres do reconhecimento. Revelar as histórias de cozinheiras negras, seus percalços, seus conhecimentos ao longo de suas construções enquanto profissionais de cozinha, particularizando suas trajetórias como cozinheiras que buscavam e permanecem buscando ascensão profissional pareceu um caminho satisfatório e promissor.

O “Zungu: Guia de Gastronomia Preta” se apresentou como um referencial para chegar nas interlocutoras que estavam comandando, cozinhando, acolhendo e permitindo a circulação da cultura negra em seus Novos Zungus. Pesquisei quem eram os idealizadores e as (os) cozinheiras(os) em cada um desses espaços, e por fim, chegamos a Chef Georgia Gomes e o seu G&G Gourmet Pequena África e a Chef Maria Julia Ferreira e ao seu Kaza123. Maria Julia apresenta uma especialidade pois seu empreendimento tem um nome comum referente ao espaço, o Kaza123, mas sua cozinha tem nome próprio, o Angurmê, como uma boa e velha Casa de Angu. Ambas as chefs batalharam para conquistar seus espaços, trabalharam em eventos, com carrinhos de mercado ou carrinhos

de lanche, levavam panelas e demais utensílios de um lado para o outro, até que, em plena pandemia de Covid 19, a materialização dos seus Novos Zungus aconteceu. Geórgia inaugurou seu G&G Gourmet no Morro da Conceição no dia de Yansã, 04 de dezembro de 2019. Maria Julia inaugurou o Kaza123 em 28 de agosto de 2020, mesmo dia em que Martin Luther King Jr discursou o seu “I have a dream” em 1963. Por convivência ou coincidência ambos os estabelecimentos foram inaugurados em datas notáveis, em meio a maior pandemia em décadas. Principalmente se lembrarmos que a reinauguração do G&G Gourmet Pequena África, em novo endereço na Rua Sacadura Cabral, 55 aconteceu sob a proteção de Ogum, dia 23 de abril de 2022.

Mulheres negras cozinheiras estão à frente do fazer culinário há muito tempo. Descredenciar, desmotivar e invisibilizar este fato é algo que merece nossa atenção para que um esforço contrário seja possível e exitoso. Ainda há muito o que ser trabalhado, novas discussões e pesquisas são pertinentes e necessárias. Estamos longe de esgotar estas argumentações. Foi libertador constatar que ainda que as amarras profundamente presentes nas cozinhas profissionais impulsionadas pelo racismo, sexismo e pela estratificação social tentem imobilizar essas cozinheiras, cada uma delas, com seus temperos, angus, bobós e axés serão capazes de enfrentar, destrinchar e vencer cada violência ou novo desafio.

## Referências

- ALMEIDA, Silvio. **Racismo Estrutural**. São Paulo: Sueli Carneiro Pólen, 2019.
- ANDRADE, Mário. **Macunaíma**: o herói sem nenhum caráter. Edição crítica de Telê Porto Ancona Lopez. Rio de Janeiro / São Paulo: Livros Técnicos e Científicos / Secretaria de Cultura, Ciência e Tecnologia, 1978: 148.
- AZEVEDO, Aluísio. **O Cortiço**. 30. ed. São Paulo: Ática, 1997. (Bom Livro).
- BARRETO, Lima. **Magnólia**. A Biblioteca Virtual do Estudante Brasileiro, 1922. Disponível em: <http://www.bibvirt.futuro.usp.br>. Acessado em: 18/04/2022.
- BLOCH, Ernst. O princípio esperança. vol. I. Rio de Janeiro, Eduerj/Contraponto, 2005.
- COSTA, Vanessa, 2021. **Guia de gastronomia preta é distribuído gratuitamente nos estabelecimentos do Rio**. Disponível em: <https://diariodorio.com/guia-de-gastronomiapreta-e-distribuido-gratuitamente-nos-estabelecimentos-do-rio/>. Acessado em: 01/12/2021.

DAVIS, Angela, 2016 - **Mulheres, raça e classe** [recurso eletrônico] / Angela Davis; tradução Heci Regina Candiani. - 1. ed. - São Paulo: Boitempo, 2016. Recurso digital.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da esperança**. Um reencontro com a pedagogia do oprimido . Rio de Janeiro, Paz e Terra, 1992. Disponível em Paulo Freire - Pedagogia da esperança.pdf. Disponível em: <https://filosoficabiblioteca.files.wordpress.com/2021/11/paulo-freire-pedagogia-daesperanca.pdf>. Acessado em 06/12/2022.

FREYRE, Gilberto, 1900-1987. **Casa-grande & senzala: formação da família brasileira sob o regime da economia patriarcal** / Gilberto Freyre; apresentação de Fernando Henrique Cardoso. — 481 ed. rev. — São Paulo: Global, 2003. — (Introdução à história da sociedade patriarcal no Brasil; 1).

LEVI-STRAUSS, C. The Culinary Triangle. **In: Food and Culture: A Reader**: Claude Lévi-Strauss. Editora Routledge, 2013.

MACIEL, 2005 Maria Eunice. **Olhares antropológicos sobre a alimentação: Identidade cultural e alimentação**. Disponível em: <https://books.scielo.org/id/v6rkd/pdf/canesqui9788575413876-03.pdf>. Acessado em 13/01/2022.

MONTANARI, Massimo. **A comida como cultura**. 2004. Editora: Senac SP.

PAULA, Mauro de; GIGANTE Fabiano, MALAFAIA, Fabio, 2019. **Nzungu – O Quilombo Negro de Resistência, vamos fazer barulho de preto na Avenida**. LETRAS. Disponível em: <https://www.letras.mus.br/nelson-pilao/nzungu-quilombo-negro-de-resistencia/>. Acessado em: 18/04/2022.

SANTOS, Elisangela da Silva, 2008. **Tia Nastácia: A Atuação da Personagem Negra como Emblema do Passado na Nação Lobatiana Futura**. Disponível em <http://www.cult.ufba.br/enecult2008/14499.pdf> . Acesso em 18 de abril de 2021.

SOARES, Carlos Eugênio Líbano. **“Zungú: Rumor de muitas vozes”**. Rio de Janeiro: Arquivo Público do Rio de Janeiro, 1998.

\_\_\_\_\_. **A capoeira Escrava no Rio de Janeiro – 1808-1850**. 2008. Campinas. Editora da UNICAMP. 2ª Edição.

SOARES, Luiz Carlos. **O “Povo de Cam” na Capital do Brasil: A Escravidão Urbana no Rio de Janeiro do Século XIX**. Editora 7Letras. 2007. 1ª Edição.