

## COZINHAS E COMIDA CASEIRA: PRATOS COM PEIXE E PAISAGENS DE RESTINGA

*Kitchens and home-made food: plates with fish and sandbank landscapes*

Werther Holzer<sup>1</sup>

### RESUMO

Este artigo pretende, a partir da discussão de uma geografia dos sabores, refletir sobre a aplicação do aporte fenomenológico no estudo das relações entre a paisagem e a cultura a partir de suas manifestações materiais e, principalmente, as imateriais. O tema abordado é o da cultura caiçara do estado do Rio de Janeiro, que vem sofrendo o impacto da urbanização e de grandes projetos industriais, que aniquilam a cultura das comunidades pesqueiras tradicionais a partir da destruição de suas paisagens. A via proposta para a possível preservação dessas manifestações culturais é a da chancela das paisagens em seus aspectos materiais e simbólicos.

Palavras-chave: Geografia dos sabores. Paisagem. Cultura caiçara. Estado do Rio de Janeiro.

### ABSTRACT

This article intends, from the discussion of a geography of the flavors, reflect on the implementation of the contribution to the study of phenomenological relationships between the landscape and the culture from its material manifestations and, mainly, the immaterial. The boarded subject is the caiçara culture of Rio de Janeiro State, which has suffered the impact of urbanization and large industrial projects, which wipe out the culture of traditional fishing communities from the destruction of their landscapes. The proposed way for the possible preservation of those cultural manifestations is to of the seal of its landscapes in their symbolic and material aspects.

Key-words: Geography of the flavors. Landscape. Caiçara culture. Rio de Janeiro state.

<sup>1</sup> Arquiteto e Urbanista, Doutor em Geografia, Professor da Escola de Arquitetura e Urbanismo, Universidade Federal Fluminense. werther.holzer@uol.com.br.

✉ Escola de Arquitetura e Urbanismo, Rua Passo da Pátria, 156, Universidade Federal Fluminense, Campus da Praia Vermelha, São Domingos, Casarão, 2º Andar. 24210-240. Niterói, RJ.

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

Geografia dos sabores. Com certeza este tema pode ser motivo de chacota nos meios acadêmicos. O que motiva as críticas, sem fundamento, são referenciais tão arraigados ao concreto, ao “real”, que não se permitem saborear com prazer o que é estudado. Aprendemos na escola que a ciência deve ser neutra, ou seja, ascética, insossa.

Mas, se lançarmos um olhar fenomenológico sobre essas críticas, veremos que elas fundamentam e explicitam as observações de Husserl e de Heidegger sobre o afastamento, a alienação, que separa o mundo da ciência do mundo da vida.

Pensar em uma geografia dos sabores com certeza demonstra a vontade de se fazer uma ciência com sentido social e humano, preocupada com as pessoas e não com os objetos, voltada para o sentido de pertencimento que todo cientista deveria procurar no mundo vivido.

Falarei aqui dos sabores simples da cozinha caiçara do estado do Rio de Janeiro. Ofereço para o almoço o deguste de três pratos: a Arraia azul, de Rio das Ostras; o Peixe com banana, de Paraty; a Tainha com pirão de banana, de Maricá.

Esses pratos eram preparados cotidianamente nas praias de Costa Azul, Itaipuaçu ou de Trindade, situadas respectivamente nos municípios de Rio das Ostras, Maricá e Paraty. Hoje o destino de suas receitas trilhou caminhos diversos. Se chegarmos a Rio das Ostras e entrarmos em um restaurante qualquer, até mesmo naquele quiosque humilde à beira da praia, e pedirmos uma arraia azul, ouviremos como resposta que este prato não está no cardápio, ninguém dali conhece sua receita.

Em Paraty a receita simples do peixe cozido com bananas inteiras, acompanhado de feijão-preto, arroz e farinha de mandioca, sofisticou-se. Hoje é oferecido no cardápio dos restaurantes sofisticados como iguaria típica da cozinha caiçara. Para aguçar vosso apetite, ofereço

abaixo uma receita de “Peixe Azul Marinho Típico Caiçara” com seu modo de preparo; uma receita de bistrô:

1 peixe de mais ou menos 1 kg (cavala, tainha, badejo, robalo) cortado em postas; 3 tomates; 1 cebola grande em rodela; 2 colheres de sopa de óleo de soja ou azeite; 2 dentes de alho espremidos; 1 xícara de chá de coentro batido; 1 xícara de chá de salsinha batida; algumas folhas de alfavaca, 2 pimentas malaguetas esmagadas ou pimenta-do-reino e sal a gosto; 4 bananas-d’água nanicas verdes e cortadas de comprido, ao meio. Pegue o peixe já limpo e cortado em postas. Adicione algumas gotas de limão, o alho espremido, sal e pimenta. Deixe tomar gosto por 20 minutos. Numa panela de barro, deite o óleo e aqueça a panela. Coloque em camadas as postas de peixe, os temperos e os pedaços de banana. Coloque água suficiente para cobrir tudo, cozinhando, porém, sem deixar o peixe e a banana quebrarem. Retire um pouco do caldo, junte farinha de mandioca e urucum em pó para dar uma cor. Corrija os temperos adicionando mais pimenta no pirão, se necessário. Sirva com arroz branco (REVISTA RIVIERA, 2011).

A Tainha com pirão de banana, de Maricá, é outro prato que raramente será servido. Eventualmente pode ser preparado na casa dos poucos pescadores que ainda conhecem sua receita, que se aproxima da que apresento a seguir:

4 postas de badejo; 1 pimentão vermelho, 1 verde e 1 amarelo, todos cortados em tirinhas; 2 tomates grandes bem vermelhos; 3 dentes de alho espremidos; 6 bananas-nanicas granadas e verdes; coentro, malagueta esmagada, salsa, cebolinha e alfavaca a gosto. Descasque todas as bananas debaixo de água corrente uma a uma. Aqueça uma panela de ferro, refogue a cebola, o alho, os pimentões, os tomates, acrescente as bananas, os temperos e deixe refogar até começar a borbulhar. Coloque então o peixe e deixe cozinhar de 15 a 20 minutos com a panela tampada. Se as bananas amolecerem demais, amasse-as junto com o caldo para formar um pirão. Servir com arroz branco (PRAIASSP, 2011).

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

Essas receitas usam o peixe fresco. Tradicionalmente, o seu processamento inicia-se na praia, onde se separa o pescado que será destinado à venda, do que será consumido pelo pescador, esse de baixo valor comercial, normalmente a tainha, o bagre, a arraia, o peixe-agulha. O que será consumido pela família é limpo, isto é, descamado e eviscerado pelo próprio pescador ainda na beira da praia, ou sobre uma bancada no quintal da casa. O que não pode ser aproveitado é atirado nas águas do rio ou do mar, ou aos animais da casa que o comem.

A seguir, proponho-me a relacionar esses sabores com a arquitetura que eles constroem e com a paisagem que eles produzem e da qual retiram o seu sustento.

As atividades cotidianas ocorrem de modo muito semelhante em muitas praias de restinga do sudeste brasileiro. O trecho citado abaixo, que se refere a São Sebastião, em São Paulo, poderia descrever a vida nas praias de Rio das Ostras, Maricá ou Paraty.

Já em terra, hora de preparar o almoço. Peixe, farinha de mandioca, banana, arroz, coentro, taioba, uma ou outra caça, café coado com o caldo da cana. Ingredientes da terra que se revolviam num caldo fumegante, sobre as chamas do fogão a lenha. Condizente com seu isolamento, as “novidades” de outras praças pouco chegavam. Assim, cozinhava-se com o que se tinha [...] (GALDINO, 2010).

Isso está se perdendo, as praias e as áreas adjacentes apresentadas acima são, hoje, objetos da globalização, sítios submetidos ao turismo internacional. Mas algumas comunidades resistem, nestas a vida é condicionada em tudo pelo ritmo das estações, deve-se tirar proveito de cada migalha que o ambiente proporciona, assim, o peixe excedente é, tradicionalmente, seco e salgado, armazenado para o preparo de pratos na época de defeso ou entressafra. No entanto, como observa Rocha (2005, p. 82) falando dos caiçaras do Paraná:

A salga e a defumação do peixe [...] são trabalhos femininos. É ainda comum encontrar nas casas que possuem fogões a lenha, um pequeno varal com peixes miúdos salgados e pendurados sobre o fogão por duas ou três semanas, ou até chegar a ponto de consumo. Dificilmente, no entanto, existe peixe defumado para venda.

Este peixe é a reserva para as horas de necessidade. Trata-se do peixe mais barato. Em Maricá, por exemplo, o que se utiliza até hoje é o bagre, mas o que mantinha dinamismo econômico do município era a pesca da tainha.

As mulheres são as senhoras de suas casas e, principalmente, de suas cozinhas, bem simples, quase sempre inseridas no corpo da casa, às vezes ampliadas por um telheiro, um prolongamento da cobertura, protegido por algum tipo de vedação dos ventos de tempestade e do sol da tarde. Cozinhas costumam estar voltadas para o quintal, onde se plantam os temperos e as ervas medicinais. Ali se colhe a alfavaca e a pimenta tradicionalmente usadas para temperar o peixe. Galdino (2010) fala no coentro e na taioba, disseminados nas comunidades caiçaras aqui abordadas.

Qualquer que sejam a disposição e a dimensão da cozinha, ela é o centro dos encontros familiares e sociais, usualmente ocupada por bancos de madeira dispostos nas laterais de uma mesa rústica. Mas o fogão, o tradicional fogão a lenha, é a razão de ser da cozinha. Nele a lenha se transforma em brasas, avivadas por abanos de palha, propiciando um aroma inconfundível que valoriza o paladar de qualquer comida.

A partir da faina diária dos homens na pesca e nos trabalhos complementares de tecer e de remendar redes, de construir e de calafetar canoas. As mulheres cozinham, lavam as roupas, atividade muitas vezes coletiva, cuidam do quintal e das roças.

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

As casas são construídas em mutirão: levanta-se a estrutura rústica, de madeira “aparelhada” ou com os troncos roliços; a estrutura é estabilizada a partir da trama da cobertura; prepara-se o entramado das paredes e, simultaneamente, o barro, enfim as paredes são barreadas e caiadas.

O programa habitacional evidenciava um ambiente de parco isolamento e privacidade. Divisões que não alcançavam o teto e que existiam no(s) quarto(s) apenas. De forma longitudinal, uma sala quase estende até a porta da cozinha, num puxado posterior. Contudo, muitas vezes esta sala, local de receber o visitante e os grupos de cantorias em dias festivos, era posta junto com o trem de cozinha. Assim, numa sequência temos os bancos para os de fora, um altar e, no fundo, a mesa, o fogão a lenha e o girau para defumar as carnes (GALDINO, 2010).

Essas casas não seguem um padrão de urbanização definido. Dependem da linha da praia e de seus caprichos e dos acidentes de relevo para se implantar. Em Rio das Ostras, agrupavam-se ao longo da foz do rio que deu nome à cidade e na praia da Boca da Barra, onde hoje fica o centro da cidade. Em Trindade se concentravam na praia do Meio, ponto mais abrigado que permite o desembarque das canoas. Em Maricá, a pesca é feita nas lagoas (com mais de 20 km<sup>2</sup>), as casas se espalham, ainda, por diversos portos de pesca implantados ao longo de suas margens, sendo o núcleo de Zacarias o mais denso.

A partir destas atividades da vida cotidiana se constitui o lugar, em torno das casas, dos quintais e das roças, do aldeamento. Eles expressam a lugaridade dos indivíduos, mas também, e sempre, a apropriação coletiva dos que compartilham o alimento e o abrigo sob o mesmo teto ou tetos muito próximos.

Em um espaço, na mata, porém próximo de sua casa, o caiçara ia fazer seu roçado. Era o plantio de coivara, ou de derrubada

e queimada ou ainda itinerante que consistia em derrubar uma parte da mata, tombando algumas árvores e arbustos; queimavam a mata retirada. A cinza servia de adubo. E plantavam no lugar uma variedade de plantas: mandioca, milho, batata, cará, feijão-guando, melancia, café, cana, etc. Fazer a farinha de mandioca passa pelo mesmo processo indígena. Plantar, colher e limpar a mandioca, ralar e colocar em um tipiti para a retirada do ácido cianídrico. O tipiti consiste em um cesto flexível onde é depositada a massa ralada. Depois vai para o forno para fazer a farinha (PAES, 2010).

Esta atividade ocorre na mata atlântica, nas restingas o plantio é bem mais difícil, ficando os pescadores limitados a colher os frutos que sua natureza agreste oferece: a pitanga, o cambui, o caju, o guriri.

Mas as atividades que se desenvolvem nesse terreno protegido dependem do trabalho cotidiano em um elemento instável e insondável: o mar.

O mar delimita e determina a vida dos que estão às suas margens. Nas paisagens que são referência para esse texto, este sentido de limite é severo e dramático. No litoral do Rio de Janeiro, mais do que em outros locais, a interface água/terra determina limites estreitos para a vida humana. O litoral foi ocupado esparsamente nos locais onde se pode encontrar um ancoradouro, associado aos caminhos trafegáveis para o interior, sempre emoldurados por serras que despencam verticalmente sobre a praia ou, quando se afastam, dão lugar aos mangues, brejos e lagunas.

Assim, se a paisagem tem como marca, no sentido proposto por Berque (1998), a cultura caiçara, sua matriz se refere ao mar aberto, e ousa dizer, à cultura tupi, o que pode ser exemplificado pelo trecho seguinte:

O caiçara recebeu uma forte influência da cultura indígena, principalmente em relação ao conhecimento acerca da

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

manipulação da natureza. Valores como o respeito para com todos os espaços naturais onde a vida depende desses espaços para continuar é uma forte herança indígena. Respeitar a mata, respeitar o mar, respeitar o rio é uma atitude lógica que permeia o comportamento de todas as populações ditas tradicionais (caiçara, camponesa, ribeirinha) que por sua vez receberam esse conhecimento das culturas indígenas. Crenças e valores permeiam o cotidiano do caiçara em relação à manipulação da natureza (PAES, 2010).

Esta paisagem oculta, em suas matrizes e em suas marcas, uma ciência popular que envolve o conhecimento da natureza, a confecção dos artefatos e a preparação dos alimentos.

Os segredos dos melhores pontos de pesca são guardados principalmente pelos mestres. Cada barco tem seu mestre. Geralmente possuem o saber-fazer, o conhecimento dos velhos pescadores. Estes possuem boa memória para guardar os melhores pontos ou nichos de peixes. Este conhecimento é uma “ciência” mesmo (PAES, 2010).

Sobre esse tema apresento um exemplo por mim vivenciado há quatro ou cinco anos, quando um grupo de ambientalistas tentava demarcar na lagoa de Maricá uma área que corresponderia a uma reserva extrativista. Embarcamos num barco a motor, GPS na mão, com a finalidade de demarcarmos os pontos de pesca. O que pretendíamos orientaria a demarcação da reserva. O pescador que nos guiava, ao ver o GPS, advertiu: “Vou levar vocês até lá, mas não pode usar isso não, eu vou mostrar onde é, mas não pode falar pra ninguém, porque senão todo mundo vai vir pescar aqui”. Esse ponto de pesca, que é segredo, inclui umas pedras submersas que ficam em um determinado ponto da lagoa. O guia rumou direto para esse ponto. Perguntei: “Você guarda esse ponto de memória? Como faz para chegar até aqui?” Ao que ele respondeu: “Nós temos três pontos

de referência que marcamos para chegar até aqui”, ou seja, eles fazem triangulação. Mas o mais impressionante é o fato de que um desses pontos de referência deixou de existir como objeto concreto há muitos anos, trata-se de uma grande árvore que caiu, mas que continua sendo passada pela tradição oral como um dos pontos da triangulação.

Os instrumentos modernos da ciência nesse caso, como em muitos outros, mesmo que utilizados com a maior das boas intenções, podem ser o elemento de uma ruptura cultural, uma ruptura na geograficidade tradicional da comunidade, que pode levar à deslugarização, à diáspora e até a morte. Ofereço um ótimo exemplo: estava em um iate clube de Niterói, quando aportou uma imensa lancha que desembarcou uma grande quantidade de peixes nobres diretamente para um caminhão frigorífico, curioso de saber sobre o sucesso da pescaria fui informado que o dono dessa lancha havia, meses antes, contratado uma traineira de pesca da colônia que fica próxima para levá-lo a um bom ponto de pesca, em segredo levou um GPS, agora pagava a manutenção de sua lancha com o produto de suas pescarias. Essa é uma competição desigual, pois muitos pescadores artesanais ainda utilizam centenárias canoas de tronco em suas pescarias.

Começamos aqui a desvelar por que a arraia azul não é mais servida em Rio das Ostras. Porque o município nos últimos dez anos passou de 36.419 para 105.757 habitantes, um crescimento de 190,39%. O segundo maior do Brasil, atrás apenas de Balbinos, em São Paulo, que passou de 1.313 para 3.932 habitantes, segundo dados do IBGE (2010).

Hoje é difícil encontrar alguém na cidade que lá tenha nascido, ou seja, não existe mais ninguém que saiba preparar a arraia azul. O próprio rio, que era limpinho e tinha umas poucas casas esparsas nas suas margens, hoje está pressionado pela urbanização que avança ao longo de seus manguezais obstruídos e parcialmente aterrados por loteamentos.

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

O que causou esta extraordinária expansão em Rio das Ostras? A indústria do petróleo, que se desenvolve na vizinha Macaé, e a indústria do turismo, alimentada pela rodovia que liga o município à Nova Friburgo, situado na Serra do Mar.

Com certeza a atividade pesqueira diminuiu e o que é produzido localmente é absorvido mais pelos turistas do que pelos nativos, e a arraia, que era um desses peixes de reserva dos caiçaras, e por isso era consumida salgada, hoje é vendida fresca para aumentar a renda dos pescadores.

Trindade, a última praia do estado do Rio de Janeiro, em seu limite com o estado de São Paulo, ainda goza do privilégio de um relativo isolamento, sofreu um processo de urbanização, com casas voltadas diretamente para a praia, os pescadores limitados a uma estreita faixa do rio que desemboca na Praia do Meio.

Sua beleza singular é vendida hoje, principalmente para turistas estrangeiros. O texto a seguir mostra bem como esse “produto” turístico é vendido.

Trindade é um lugar paradisíaco, para se esquecer da vida, é único, bem sossegado, muito reggae, praia, surf e erva-doce da paz. Devido ao grande número de turistas estrangeiros, acho que as autoridades até fazem “vista grossa” para algumas coisas. [...] A vila é composta de uma rua principal e algumas ramificações menores que desembocam no mar ou no meio dos morros. À noite, as ruas ficam lotadas de turistas que aproveitam os vários restaurantes (a maioria bem simples e rústicos), lojinhas de artesanato e bares que tocam reggae a noite toda. Ainda tem aqueles que preferem um bom luau de frente para o mar (OMELHORCONTEUDO, 2010).

Apesar desta “turistificação”, os restaurantes, em sua maioria, ainda estão nas mãos das famílias caiçaras locais e a pesca continua sendo uma atividade importante para a comunidade.

A maioria dos pescadores na Trindade começou a pescar durante sua infância ou adolescência, e a sua frequência na atividade de pesca varia de diariamente a raramente. A maioria dos pescadores considera-se pescador artesanal e é pescador em tempo parcial. Muitos pescadores decidem pescar devido à tradição familiar ou à experiência e conhecimento pessoal.

O pescado capturado nas unidades domiciliares que praticam a pesca é destinado principalmente para o consumo local. As respostas na categoria “outros” referem-se à venda para atravessador ou peixaria de Paraty, ao uso no próprio restaurante ou em restaurante da família (HANAZAKI, 2010).

Em Maricá, as ameaças ao modo de vida tradicional dos pescadores se remetem à década de 1950, quando as terras da restinga foram griladas e loteadas. Nesse processo, os pescadores foram ameaçados e muitos abandonaram as suas propriedades e a pesca, perdendo sua identidade. Os que resistiram, na localidade de Zacarias, vivem até hoje a ameaça constante da remoção, já que a posse coletiva de suas terras não é reconhecida pelo estado. Não é necessário que me estenda na discussão desse tema, pois o processo de expulsão dos pescadores foi minuciosamente estudado por Mello e Vogel (2004) em *Gente das areias*.

No entanto, as ameaças a essa comunidade e à paisagem da restinga, podemos dizer, a ameaça a uma importante paisagem cultural, hoje é mais premente, com projetos de instalação de um condomínio de alto luxo às suas portas, e a implantação de complexos portuários e de refino de petróleo nas proximidades.

Nesse contexto, com toda certeza, como ocorreu na Barra da Tijuca ou em Niterói, esses sabores serão reciclados, oferecidos em restaurantes de luxo em panelas de barro ou de ferro, servidos em uma mesa enfeitada com requintados aparelhos de jantar, a cem reais por

## Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga Werther Holzer

peessoa, nos restaurantes dessas sofisticadas pousadas ou hotéis de resorts, e provavelmente esses pescadores não estarão trabalhando nem de garçons e nem suas mulheres de cozinheiras, afinal de contas, eles não sabem fazer nada, não estão qualificados para exercer essas funções.

A intenção desse texto foi de refletir como se pode contribuir para a manutenção dos patrimônios natural, cultural e imaterial de comunidades tradicionais como as abordadas acima. Uma das possibilidades é a da chancela, pela Unesco, de determinadas paisagens culturais (RIBEIRO, 2007). Este instrumento vem sendo muito discutido ultimamente no Brasil, mas no meu ponto de vista parte de uma matriz que talvez não seja a mais apropriada para o caso brasileiro, que é a francesa, quando o aporte teórico desenvolvido pela geografia humanista cultural norte-americana pode ser o mais adequado na elaboração de instrumentos de tombamento, em que os conceitos de paisagem e de lugar orientados pela fenomenologia permitam que suas tradições se mantenham, apesar dos processos de homogeneização cultural impostos pelo capitalismo, que ao vender a paisagem como mercadoria, como observa Ronai (1977), despoja-lhe do valor de uso e a reduz ao valor de troca.

Existe a possibilidade de se tratar da paisagem cultural a partir dos artefatos produzidos por essas comunidades tradicionais, e que qualificam a paisagem, como a casa, sua implantação no assentamento, seus campos de cultivo, seus portos de pesca, e a paisagem natural, preservada pelo instrumento legal mais adequado para cada caso, com o patrimônio imaterial, relacionado com o conhecimento de como fazer a casa, como cultivar os campos, como capturar o peixe e de como preparar os alimentos, ou seja, como tornar a paisagem natural em hábitat a partir de um manejo adequado dos recursos disponíveis.

Nesse sentido, uma geografia dos sabores pode ser uma contribuição concreta para a reflexão e, quiçá, para a implementação de políticas relativas ao tema da cultura, da preservação ambiental e das tradições, podemos dizer da sustentabilidade, apesar do mau uso que se vem fazendo desse termo. O importante é que o *outsider* venha respeitar essas paisagens como elas estão tradicionalmente agenciadas. Afinal, aprendemos desde pequenos, quando frequentamos lugares turísticos onde tudo foi dessacralizado, que as igrejas, os templos religiosos, continuam sagrados. Nestes locais todos entram em silêncio, com respeito, pedindo licença. As paisagens discutidas também são sagradas, e todos devem usufruí-las com respeito, pedindo licença para entrar. ☉

### REFERÊNCIAS

- BERQUE, Augustin. Paisagem-marca, paisagem-matriz: elementos da problemática para uma geografia cultural. In: CORRÊA, Roberto L.; ROZENDAHL, Zeny. (Orgs.). **Paisagem, tempo e cultura**. Rio de Janeiro: Eduerj, 1998.
- GALDINO, Clayton. Casas de mãos e de barro: a arquitetura caiçara de São Sebastião. **Cadernos do CEOM**, ano 23, n. 32, 2010.
- HANAZAKI, Natália (Coord.). Modos de vida no município de Paraty – Trindade: resultados gerais, dezembro de 2010. In: **Community-based resource management and food security in coastal Brazil, Unicamp**. Disponível em: <[http://umanitoba.ca/institutes/natural\\_resources/Brazil/brazilpdf/EntrevistasTrindade.pdf](http://umanitoba.ca/institutes/natural_resources/Brazil/brazilpdf/EntrevistasTrindade.pdf)>. Acesso em> 28 fev. 2012.
- IBGE. **Censo 2010**: população do Brasil é de 190.732.694 pessoas. Comunicação Social, 29/11/2010. Disponível em: <[http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia\\_visualiza.php?id\\_noticia=1766%29](http://www.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/noticia_visualiza.php?id_noticia=1766%29)>. Acesso em: 12 dez. 2011.

Cozinhas e comida caseira: pratos com peixe e paisagens de restinga  
Werther Holzer

MELLO, Marco Antônio da Silva; VOGEL, Arno. **Gente das areias:** história, meio ambiente e sociedade no litoral brasileiro, Maricá, RJ, 1975 a 1995. Niterói, Eduff, 2004.

OMELHORCONTEÚDO. **Turismo em Trindade.** Disponível em: <[www.omelhorconteudo.com/2011/02/turismo-trindade-parati-rj.html](http://www.omelhorconteudo.com/2011/02/turismo-trindade-parati-rj.html)>. Acesso em: 28 fev. 2012.

PAES, Silvia Regina. A herança indígena na cultura caiçara. **Caderno de Pesquisa**, v. 17, n. 3, 2010.

PRAIASSP. **Receitas caiçaras.** Disponível em: <<http://www.praiassp.com.br/receitas.htm>>. Acesso em: 27 abr. 2011.

RECEITAS da culinária caiçara. **Revista Riviera.** Disponível em: <[www.revistariviera.com.br/editorial/26/culinaria-caicara-.aspx](http://www.revistariviera.com.br/editorial/26/culinaria-caicara-.aspx)>. Acesso em: 27 abr. 2011.

RIBEIRO, Rafael Winter. **Paisagem cultural e patrimônio.** Rio de Janeiro: Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional, 2007.

ROCHA, Eliana do Pilar. **Nomes, rezas e anzóis:** tradição e herança caiçara. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) – Programa de Pós-Graduação em Antropologia Social, Setor de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2005.

RONAI, Maurice. Paysages II. **Hérodote**, v. 7, p. 71-91, 1977.

Submetido em Março de 2012.

Aceito em Maio de 2012.