

OS CINCO GOSTOS: DESENVOLVIMENTO, EXECUÇÃO E AVALIAÇÃO DE NIGUIRIZUSHIS REPRESENTATIVOS DAS SENSAÇÕES DO PALADAR

ISABELA MODERNE¹; GIULLI PACHECO DE OLIVEIRA²; VITORIA PIVATTO³
IURI YUDI FURUKITA BAPTISTA⁴

¹UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – isabelamodernel@gmail.com

²UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – giullipac@hotmail.com

³UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – pivatto.vi@gmail.com

⁴UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – iuri.baptista@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho é resultado de uma atividade avaliativa prática da disciplina 16400052 - Cozinha Internacional III do curso de Gastronomia da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) ministrado pelo Prof. Iuri Baptista no segundo semestre letivo de 2022. A proposta da prova era desenvolver, executar e avaliar um prato que unisse duas palavras-chave, uma deveria ser um preparo de uma das culinárias estudadas na segunda metade da disciplina (japonesa, chinesa ou indiana) e a segunda era de escolha livre desde que não fosse um alimento. O preparo escolhido foi o niguirizushi da culinária japonesa e a segunda palavra-chave escolhida foi “paladar”.

A gastronomia japonesa é conhecida mundialmente pelo detalhismo, precisão técnica e valorização dos ingredientes (MICHELIN, 2019). Essas características podem ser encontradas no preparo que o Guia Michelin chama de "o rei" da culinária nipônica, o sushi. Acredita-se que o sushi tenha surgido na pré-história como narezushi, uma forma de conservar peixes envolvendo sua carne em uma massa de arroz fermentado (LEE et al, 1993). O sushi moderno teria aparecido há cerca de 200 anos e evoluiu para diversas variações de formatos, ingredientes e formas de preparo. Entre os formatos, se destacam os hosomaki, futomaki, uramaki, temaki e, o mais clássico e tradicional, niguirizushi (MCGEE, 2010).

A base de um niguirizushi é um bolinho de arroz de grão curto cozido em água e temperado com vinagre e, opcionalmente, outros condimentos. O arroz temperado é chamado sumeshi e o bolinho moldado com as mãos em formato de um paralelepípedo de aproximadamente 2 cm por 2 cm por 4 cm é chamado de shari. Para formar o niguirizushi, o shari é coberto por alguma proteína, mais comumente por uma fatia de carne de peixe crua, mas também por outros frutos do mar, ovos ou omelete. O preparo costuma ser temperado com raiz forte japonesa (wasabi) e molho de soja (shoyu), e servido com lascas de gengibre em conserva (shoga gari) (MCGEE, 2010; MICHELIN, 2019).

Em relação à segunda palavra-chave, o paladar é um dos cinco sentidos humanos, assim como o olfato, a somestesia (popularmente conhecida como tato), a visão e audição (HALL, 2011). As sensações sentidas pelo paladar são chamadas de gostos e são normalmente provocadas por substâncias que se dissolvem na saliva e ativam receptores nos botões gustativos das papilas gustativas que se espalham pela língua, palato, bochechas, faringe e epiglote humanas. Uma vez que o receptor é ativado, um sinal nervoso é transmitido pelos nervos cranianos até o córtex gustativo (SHEPHERD, 2012). Esse processo

fisiológico de percepção é teorizado, em partes, pelo menos desde a publicação de **A fisiologia do gosto** em 1825, em que se lê:

O gosto é aquele de nossos sentidos que nos põe em contato com os corpos sápidos, por meio da sensação que causam no órgão destinado a apreciá-los. A sensação do gosto é uma operação química que se faz por via úmida, é preciso que as moléculas sápidas sejam dissolvidas num fluido qualquer, para poderem trocar informações com as terminações nervosas. (BRILLAT-SAVARIN, 2001)

Os gostos são popularmente confundidos ou tidos como sinônimos dos sabores, porém, enquanto os gostos são sentidos apenas pelo paladar, os sabores são integrações multissensoriais das sensações provocadas por alimentos em dois ou mais sentidos (SHEPHERD, 2012). Assim, enquanto existem apenas cinco gostos aceitos consensualmente pelos cientistas: azedo, amargo, doce, salgado e umami; existem potencialmente infinitos sabores que combinam todos os gostos, aromas, texturas, ardências, temperaturas, cores, formatos e sons que os alimentos podem oferecer.

O que chamamos de paladar engloba as entradas sensoriais combinadas de paladar, tato e olfato, influenciadas pela visão e pelo som. A língua e os receptores associados na boca detectam apenas salgado, doce, azedo, amargo, salgado e possivelmente metálico, mas podemos "provar" sabores como manga, cebola, morango, menta, canela e baunilha. (SMITH, 2012)

Assim, para dar destaque à definição de gostos e sua diferença em relação aos sabores, o presente trabalho teve por objetivo desenvolver, produzir e avaliar uma releitura do niguirizushi em que cinco unidades do preparo representam respectivamente cada um cinco gostos universalmente aceitos pela ciência. Para quem come, o prato é um convite não apenas para criar consciência do conceito de paladar, mas também explorar empiricamente o que, como e onde são percebidas as sensações desse sentido.

2. METODOLOGIA

A primeira etapa do trabalho foi uma pesquisa bibliográfica para definir e explorar os conceitos trabalhados: culinária japonesa, niguirizushi, paladar e os cinco gostos. Em seguida, foram feitos testes de texturas, temperatura e harmonização para encontrar o melhor encaixe perfeito entre os ingredientes que constituíssem uma “roda” de gostos coerente e com características da culinária nipônica. Como representação do gosto ácido, foi selecionada uma salada de pepino japonesa que, embora seja tida no Ocidente como sinônimo de sunomono, a palavra originalmente designa a técnica de conserva japonesa que pode ser usada em diversos vegetais, não apenas o pepino. O sunomono de pepino foi feito cortando fatias finas do fruto e marinando-as em uma mistura de vinagre de arroz, açúcar e sal por uma hora (INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA, 2009).

Para protagonizar o niguirizushi que representou o gosto amargo, escolheu-se um ingrediente fundamental na culinária japonesa, mesmo que normalmente seja apenas um condimento usado em pequenas quantidades: o gergelim. Para que ele ficasse amargo, ele foi torrado em forno elétrico a 180°C por 30 minutos. A torra excessiva faz com que a parte mais externa do gergelim

carbonize e, assim, ganhe o gosto amargo. O gosto doce foi representado por uma geleia de manga, um preparo rico em sacarose, glicose e frutose, carboidratos capazes de se ligar aos receptores de doçura nas papilas gustativas e provocar o gosto doce. Apesar de não ser nativa do Japão, mas do sudeste asiático tropical, ela é comumente encontrada e utilizada na culinária japonesa.

O salgado foi simbolizado por uma farofa de amendoim descascado, torrado temperado com flor de sal. Por fim, o principal composto capaz de gerar a sensação de umami no paladar humano é o glutamato monossódico, popularmente conhecido por seu nome comercial, Ajinomoto, particularmente na forma de L-glutamato (SHEPHERD, 2012). Esse aminoácido é muito presente em alimentos fermentados e/ou maturados, mas também tomates e algas marinhas. Por isso, no prato, esse gosto foi representado por tomate cereja confitado e katsuobushi, flocos de peixe bonito, desidratado e defumado.

Em um prato cinza escuro para destacar os elementos brancos e coloridos do preparo, os cinco niguirizushis foram dispostos em círculo para representar a igualdade entre os gostos, sem haver uma hierarquia ou ordem entre eles.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O prato produzido era composto por cinco niguirizushis (**Figura 1**) representando, cada um, um dos cinco gostos aceitos consensualmente pelos cientistas: azedo, amargo, doce, salgado e umami. A base de alga empanada oferece crocância na boca e suporte para que se possa pegar a comida com os dedos e levar à boca. O arroz branco é uma base suavemente acidificada que traz umidade e leveza ao prato. A carne grelhada representa o elemento proteico do niguirizushi tradicional. Por fim, as coberturas de sunomono, tomate confitado com katsuobushi, geleia de manga, farofa de amendoim e gergelim torrado evocavam as cinco sensações do paladar.



Figura 1: Os niguirizushis, iniciando no topo e seguindo em sentido horário, de geleia de manga, tomate confitado e katsuobushi, sunomono de pepino, gergelim torrado e farofa de amendoim.

Infelizmente, a variedade de componentes intensos e pesados, bem como a pequena proporção de cobertura impediram que os gostos protagonizassem os niguirizushis. Elementos exógenos à culinária japonesa como a alga frita, o “sashimi” de carne bovina grelhada, a mostarda dijon e a farofa de amendoim também comprometeram o resultado esperado de referência aos sabores do país. Assim, os objetivos de representar os cinco gostos utilizando sabores japoneses foram alcançados apenas parcialmente. Em todo caso, o papel pedagógico do preparo realizado na prova prática foi cumprido ao trazer pesquisa, aprendizados e reflexões sobre a identidade das culinárias japonesas, do niguirizushi e dos cinco gostos.

4. CONCLUSÕES

É possível concluir que o conhecimento adquirido durante a realização da pesquisa sobre os cinco gostos foi essencial para o processo de criação do prato. Somente uma pesquisa teórica bem realizada é capaz de fundamentar um preparo multissensorial que destaca ao mesmo tempo aspectos da culinária japonesa e o conceito fisiológico de gosto.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRILLAT-SAVARIN, J. **A fisiologia do gosto**. São Paulo: Cia. das Letras, 2001 [1825].
- HALL, J. **Tratado de Fisiologia Médica**. Rio de Janeiro: Elsevier, 2011.
- INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA (CIA). **Chef profissional**. São Paulo: Senac, 2009.
- LEE, C., STEINKRAUS, K., REILLY, A. **Fish Fermentation Technology**. United Nations University Press, 1993.
- MCGEE, H. **Comida e Cozinha**. São Paulo: Martins Fonte, 2010.
- MICHELIN. **Le grand livre du Guide Michelin**. Paris: La Martière, 2019.
- SMITH, B. Perspective: complexities of flavour. **Nature**, 2012.
- TRIVEDI, B. The finer points of taste. **Nature outlook**, 486 (7403), 2012, S2-S3.