

## Sabores de Memória: A Torta Fria de Atum na Tradição da Família Valente

**SONIA REGINA VALENTE RANGEL<sup>1</sup>; TAMIRES SOARES SCHUG<sup>2</sup>; VIVIANE MENEZES BARRAZ<sup>3</sup>; NICOLE WEBER BENEMANN<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – [srvrangel@gmail.com](mailto:srvrangel@gmail.com)*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – [tamiresschug@gmail.com](mailto:tamiresschug@gmail.com)*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – [Viviane.barraz@gmail.com](mailto:Viviane.barraz@gmail.com)*

<sup>4</sup>*Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) – [nikawb@gmail.com](mailto:nikawb@gmail.com)*

### 1. INTRODUÇÃO

As receitas culinárias transcendem a simples preparação de alimentos, uma vez que estabelecem campos de práticas, técnicas de elaboração, combinação de ingredientes e de apresentação de pratos. Os resultados de um conjunto de receitas, ou seja, de uma cozinha, podem transmitir saberes, integrar memórias culinárias e retomar a importância da comida como afeto, envolvendo sensações de contentamento e o prazer de comer, que por sua vez, é capaz de nutrir corpos e relações que valorizam os momentos em família. Ao se alimentar, o indivíduo nem sempre se dá conta de que, além de suprir necessidades fisiológicas, está imerso em um ritual social. Cada refeição carrega símbolos, narrativas e valores que conectam o presente ao passado, transformando a mesa em um espaço de diálogo entre culturas e histórias individuais (LACERDA, 2021).

Nesse contexto, o caderno de receitas representa parte da herança familiar, resgatando a lembrança de nossos antepassados, mantendo viva a memória de bons momentos e de confraternizações marcadas por essas comidas, passadas de geração em geração. As receitas de família são meios de resgatar saberes e de contar histórias através de sabores e gostos, que nos fazem lembrar sobre encontros, conversas e brincadeiras que refletem o afeto entre gerações (MONTANARI, 2008).

As receitas carregadas de lembranças, memórias de sabores e histórias demonstram bons momentos em família e, de acordo com Belluzzo (2011), os livros e velhos cadernos de receitas permitem analisar modelos alimentares de uma época, a transformação histórica dos gostos por intermédio das receitas. Receitas e cadernos de receitas são velhos registros dos hábitos alimentares, da diversidade geográfica e da sociologia dos gostos. No caso aqui investigado, o caderno de receitas passado por gerações de mulheres da mesma família, já bastante desgastado e com páginas rasgadas, foi passado a limpo. Nesse processo, a torta fria de atum reapareceu entre as práticas culinárias da família e voltou a fazer parte das refeições comemorativas. Preparada em um fim de semana, a torta fria de atum conquistou a nova geração, e a partir daí virou regra: toda e qualquer celebração de aniversário deveria contar com a presença da torta fria.

De acordo com o relato de Sonia Maria, que compõe a geração intermediária e que recuperou a receita de família, ao ser perguntada sobre a tradição da torta, contou que: “Minha mãe reproduzia essa receita em todas as celebrações familiares – um ritual que ela mesma herdou de minha vó”. O depoimento revela mais que uma tradição gastronômica: trata-se de um testemunho vivo de como os sabores transcendem gerações, carregando

histórias íntimas e códigos afetivos. Quando questionada sobre o significado desse prato, Sonia Maria acrescentou: “Para mim, essa torta de atum significa relembrar os tempos em que minha mãe estava presente, fazendo comidas gostosas. Além disso, por ela ter me ensinado a receita, mantendo viva a memória dos bons momentos em família”. Já Sonia Regina, filha de Sonia Maria, explicou que a tradição começou quando sua mãe decidiu resgatar um costume da avó: “Minha mãe lembrou da receita que era feita nos finais de semana na casa dela, que todos adoravam, e quis recuperá-la”. Assim, a receita transformou-se em uma tradição que marcava os momentos comemorativos da família, demonstrando que um simples prato pode unir pessoas e guardar lembranças afetivas de quem o preparou e compartilhou ao longo dos anos.

O relato ilustra uma dinâmica amplamente discutida na literatura antropológica: A transmissão intergeracional de saberes culinários como prática historicamente associada às mulheres. Nesse processo, a atenção não está apenas na execução das receitas, mas também na perpetuação de conhecimentos técnicos e simbólicos, inicialmente repassados por via oral. A posterior materialização desses saberes em registros escritos - como caderno de receitas - assume dupla função: garante a preservação de tradições em contextos patriarcais que frequentemente marginalizam a memória feminina e, simultaneamente, consolida um domínio especializado (LACERDA, 2021).

Dessa maneira, a história da torta de atum não é apenas sobre comida, mas sobre o modo que mulheres tecem redes de pertencimento através de gestos cotidianos. O caderno de receitas, mesmo com páginas rasgadas, torna-se um arquivo íntimo, e a torta de atum, um manifesto silencioso de continuidade. Como bem resume a antropóloga Carole Counihan (2004), comer é um ato agrícola, político e, acima de tudo, feminino.

É nesse contexto que o objetivo deste trabalho consiste em compartilhar os resultados de uma tarefa avaliativa elaborada para a disciplina de Alimentação, História e Cultura, ofertada pelo Curso Superior de Tecnologia em Gastronomia da Universidade Federal de Pelotas. A atividade em questão consistiu em elaborar o relato de uma receita de família. Ao relembrar essa receita, especialmente por ter sido transmitida pela avó da primeira autora do texto, e ainda que adaptada ao longo do tempo, compreendemos o poder de resgatar a tradição da Família Valente e a importância de reconhecer a cozinha como lugar de memória, tradição, afeto e identidade.

## 2. ATIVIDADES REALIZADAS

### Receita - Torta fria de atum (adaptada para 30 porções)



Figura 1 e 2. Sonia Maria Valente Rangel - Finalizando a Torta de Atum

### **Ingredientes:**

15 batatas tamanho médio  
2 latas de atum ao óleo desfiado  
1 lata de ervilha  
2 tomates médios  
2 cebolas médias  
2 ovos cozidos picados  
Tempero verde a gosto  
Azeitona sem caroço a gosto  
1 sache de maionese  
 $\frac{1}{2}$  sache de molho de tomate  
Tomate cereja a gosto para decorar  
1 ovo cozido para decorar  
Temperos a gosto: pimenta do reino, sal e orégano

### **Modo de preparo:**

Minha mãe fazia essa receita em todas as comemorações que tinha em casa, ela aprendeu com minha avó, que fazia no lanche dos finais de semana. Para o preparo desta, ela se envolvia com meu pai desde o dia anterior fazendo as compras dos ingredientes no supermercado.

No dia da comemoração eles já começavam pela manhã, separando os ingredientes na mesa da cozinha, colocando as batatas para cozinhar sem casca, numa panela com água, durante o tempo necessário para seu cozimento, em seguida retirar a água e usar o espremedor para amassá-las, deixando reservadas numa tigela.

Depois ela abre as latas de atum e retira o óleo para ser usado no refogado, adiciona o tomate, a cebola, bem picadinhos com os temperos e molho de tomate mexendo até dourar um pouco. Logo após coloca-se o atum desfiado, mexendo até formar uma pasta, se precisar pode colocar um pouco de água para facilitar o ligamento dele com a batata até obter uma porção homogênea.

Com o atum refogado junta-se a batata reservada, misturando-os a fim de obter uma massa compacta. Em seguida na massa adiciona-se a ervilha, azeitona e ovos cozidos picados, mexendo até misturar bem todos os ingredientes.

Numa forma retangular, untar a forma com o próprio óleo restante do atum, colocar a massa aos poucos espalhando com uma espátula para alisá-la. Depois espalhar a maionese sobre a massa de maneira uniforme e fazer a decoração com casca do tomate em formato de flor colocando a azeitona como miolo, em volta adicionar o ovo em pedaços e o tomate cereja em rodelinhas.

Para finalizar colocar na geladeira de um dia para outro

Tempo de preparo: 30 minutos

### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O relato da receita da família Valente demonstra que a gastronomia vai além do ato de cozinhar: ela preserva histórias, resgata memórias afetivas e fortalece vínculos familiares. A descrição não imperativa do modo de preparo evidencia a preparação cuidadosa, a atenção aos detalhes na decoração e o envolvimento em cada etapa reforçam o valor da prática culinária como forma de expressão cultural e emocional. Nesse contexto, a cozinha revela-se também como um espaço de aprendizado, transmissão de saberes e de experiências compartilhadas, evidenciando que o prazer de cozinhar está presente não apenas no sabor dos pratos, mas também na preservação do legado familiar.

### **4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BELUZZO, Rosa. **A Valorização da Cozinha Regional.** In: 1<sup>a</sup> Congresso Brasileiro de Gastronomia e Segurança Alimentar, Brasília - DF. Coletânea de palestras. Brasília, 2011.

COUNIHAN, Carole. **Around the Tuscan Table:Food,Family, and Gender in Twentieth-Century Florence.** New York: Routledge, 2004.

LACERDA, Cacilda Maria Mendes. **Patrimônio imaterial, cultura intangível: receitas culinárias, sabores e saberes, expressão hereditária familiar.** 2021. Monografia (Bacharelado em Museologia) – Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2021.

MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura.** São Paulo: Editora Senac: São Paulo, 2008.