

**CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO TECNOLÓGICA EM GASTRONOMIA**

**Daniela Rocha da Silva
José Renato de Oliveira
Maria Nazilma da Silva**

**Maniçoba: Memória e patrimônio da maniçoba do
Estado de Belém do Pará**

**Recife – PE
2022**

**Daniela Rocha da Silva
José Renato de Oliveira
Maria Nazilma da Silva**

**Maniçoba: Memória e patrimônio da maniçoba do
Estado de Belém do Pará**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA, como
requisito para a obtenção de título de Graduação em
Gastronomia
Orientador: Prof^o. Pedro Oliveira

**Recife – PE
2022**

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 2338/ O.

S586m Silva, Daniela Rocha da.
Maniçoba: Memória e Patrimônio da Maniçoba do Estado de Belém do
Pará/ Daniela Rocha da Silva; José Renato de Oliveira; Maria Nazilma da
Silva. - Recife: O Autor, 2022.
9 p.
Orientador(a): Pedro Arthur do Nascimento Oliveira.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Tecnólogo em Gastronomia, 2022.
Inclui Referências.
1. Maniçoba. 2. Gastronomia Paraense. 3. Comidas típicas do Pará.
I. Oliveira, José Renato de. II. Silva, Maria Nazilma da. III. Centro
Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 641

AGRADECIMENTOS

Daniela Rocha Da Silva

Começo com um simples agradecimento ao pai celestial por ter me dado esse dom tão maravilhoso que é o poder de cozinha com minhas próprias mão e fazer alegria de certas pessoas que estão perto de mim que sente orgulho de está trabalhando ao meu lado, sei que não sou fácil de lidar sou cabeça dura bastante, mas humilde ao ponto de da própria comida ao um estranho na rua.

Sou grata a segunda melhor pessoa da minha vida ao meu irmão mais velho Ricardo Alves e a Marlon Alves que me deram muito apoio e muitos conselhos são exemplos de Trabalho e inteligência.

Também agradeço por uma pessoa tão importante na minha vida que se chamar, Gustavo Rodrigues, a pessoa ficou do meu lado na hora do melhor ao pior me ajudou a estudar e chegar até onde eu cheguei, acredito que amizade e verdadeira entre uma mulher e um homem eles estão aqui para ajudarmos de qualquer forma possível, foi umas das melhores coisas que aconteceu comigo de ter conhecido Itamar o grande homem esperto amoroso estudioso e bem inteligente para me ajudar nos estudos também obrigado amigos.

Sou muito grata ao instituto de Religião da A igreja de Jesus Cristo dos Santos dos últimos dias por dar uma grande oportunidade de ser uma grande chefe de cozinha para mais de 300 alunos sou grata ao Murilo Silva e Claudio Campos, Mosias, Esdras e toda equipe do Instituto.

Obrigada a todos vocês, amo cada um que passou no meu caminho e colegas da faculdade e Professores principalmente ao meu querido Professor Pedro marketing digital e minha amada Keliane Lima, legislação sanitária de alimentos.

Sou muito grata por ela por ter me ensinado a cuidar bem os alimentos.

Obrigada gente amo todos você os meus defeitos nunca vão chegar perto de minhas qualidades seja como uma criança amável e gentil e sem maldade no coração.

Jose Renato de Oliveira

Agradeço primeiramente a mim, pela força de vontade por nunca te desistido agradeço aos meus pais Gilza e Ronaldo, que me deram apoio e incentivo nas horas difíceis, sou grato também aos meus amigos Robson e Samara que não me deixarão ser vencido pelo cansaço. Obrigado ao meu namorado Gabriel que me estimulou durante todo o ano e compreendeu minha ausência pelo tempo dedicado aos estudos. Meus agradecimentos as minhas irmãs, sobrinhos, tias e minha avó Maria, que de alguma forma também contribuíram para que o sonho da faculdade se tornasse realidade. Aos professores, pelas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional ao longo do curso em especial ao professor Pedro por ter sido meu orientador e ter desempenhado tal função com dedicação e amizade.

Por fim agradeço imensamente a Deus por ter concedido saúde, força e disposição para fazer a faculdade e o trabalho de final de curso, sem ele nada disso seria possível. Também sou grato ao senhor por ter dado saúde aos meus familiares e tranquilizando o meu espírito nos momentos mais difíceis da minha trajetória acadêmica até então.

Maria Nazilma da silva

Eu agradeço, ao senhor Jesus por me capacitar e dar paciência para chegar onde eu estou hoje no meu curso de gastronomia. Agradeço também aos meus familiares, que sempre me apoiaram nas dificuldades. Agradeço também aos meus professores, que me fizeram viajar em diversas culturas sem sair do Brasil. Por fim, agradeço por está concluindo o TCC especial ao professor Pedro por ter sido meu orientador e ter desempenhado tal função com dedicação e amizade.

RESUMO

De Origem Indígena e popular na culinária Paraense, a maniçoba é o prato principal no tradicional almoço do Círio de Nazaré, em Belém, no segundo domingo de outubro. Mas a iguaria - consumida o ano todo - precisa de cuidados especiais na hora do preparo e Moderação na hora do consumo.

A Maniçoba Tradicionalmente pode ser encontrada do restaurante à barraquinha de rua, o que a torna acessível, porque o seu preparo não é simples. Pois a Maniva, seu ingrediente principal, precisa ser cozida por sete dias para retirar totalmente o ácido cianídrico da folha, por ser altamente tóxico e letal.

Palavras-chave: Maniçoba. Gastronomia Paraense. Comidas típicas do Pará

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	06
2. OBJETIVOS	09
2.1 OBJETIVOS GERAIS	09
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	09
3. METODOLOGIA	09
4. RESULTADO E DISCUSSÃO	09
4.1 CULTURA E HISTÓRICO	09
4.1.1 Origem	09
4.1.2 Círio de Nazaré e a Maniçoba	10
4.2 MANIVA	11
4.3 COMPOSIÇÃO QUÍMICA	13
4.3.1 VALOR NUTRICIONAL MANIVA	13
4.4 PREPARO (CICLO MANIVA)	14
5. CONCLUSÃO	16
6. REFERÊNCIAS	17

1. INTRODUÇÃO

De Origem Indígena e popular na culinária Paraense, a maniçoba é o prato principal no tradicional almoço do Círio de Nazaré, em Belém, no segundo domingo de outubro. Mas a iguaria - consumida o ano todo - precisa de cuidados especiais na hora do preparo e Moderação na hora do consumo.

A Maniçoba Tradicionalmente pode ser encontrada do restaurante à barraquinha de rua, o que a torna acessível, porque o seu preparo não é simples. Os Ingredientes principais são a maniva – folha da mandioca -, carnes, embutidos e defumados. A Maniva precisa ser cozida por sete dias para retirar totalmente o ácido cianídrico da folha, por ser altamente tóxico e letal. “A toxina precisa ser eliminada por completo, pois o ácido é perigoso à saúde” (GLOBO, 2014).

A Maniva, assim como a mandioca brava, possui um elevado nível de cianeto (substância tóxica para o corpo humano). Por isso, sua preparação requer muitos dias de cozimento para a retirada do veneno. Há fontes que recomendam sete dias ininterruptos deste processo, pois, caso a maniva seja malcozida, a pessoa pode ter sintomas como mal-estar, dores de cabeça, e vômitos após ingerir.



Figura 1: Maniva

As folhas da mandioca, depois de colhidas, são moídas e cozidas. Nunca devem ser consumidas in natura! O processo de cozimento transforma as folhas trituradas em um tipo de pasta com coloração verde escura e cheiro bastante peculiar. Um fato interessante é que a Maniva não é só apreciada pela gastronomia do norte do Brasil, pois também é possível encontrar pratos com este ingrediente em

incrementado com um ingrediente que visava substituir o grão de feijão. Em outras palavras, a maniva, a folha de mandioca super cozida e posteriormente moída (ARAÚJO; CAVALCANTI, Josias, 2002).

Poucos pratos talvez encarnem A história do país desde o Início da sua colonização quanto a maniçoba. Mani soua que significa folhas de mandioca em língua tucupi.

E a maniçoba e realmente tudo isso um prato a base de folhas de mandioca comida de tapuio, com ser diz ainda hoje no norte do brasil.

O inglês Henry Koster, por exemplo, registrou durante uma viagem por Pernambuco no início do século XIX, que os sertanejos da região simplesmente.

“Riam à ideia de alguém comer salada apagou a ideia”

Afinal macho não come mel, mastiga abelha.

A primeira referência escrita a maniçoba se encontrasse provavelmente, em uma obra datada de 1605, de autoria do padre guerreiro, intitulada relação anual das coisas que fizeram os padres a companhia de Jesus (SANTOS, 2017).

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Mostrar a importância cultural e histórica da maniçoba tanto para o estado do Pará quanto para outras regiões.

2.2 OBJETIVO ESPECÍFICO

- ❖ Relatar a história da maniçoba;
- ❖ Apresentar sua importância cultural;
- ❖ Analisar a sua forma de preparo.

3. METODOLOGIA

Neste estudo, se propõem a examinar os estudos envolvendo a maniçoba, e demonstrar sua importância histórica e a complexidade de seu preparo. Foram usados diversas fontes e estudos, tanto sobre a maniçoba quanto sobre a maniva e a importância de seus métodos de preparo.

4. RESULTADO E DISCUSSÃO

4.1 CULTURA E HISTÓRICO

4.1.1 ORIGEM

Existem vários estudos sobre a origem da maniçoba, alguns partem da ideia que é um prato indígena por causa da utilização da planta da mandioca (maniva, Figura 2) outros que seria um prato feito pelos escravos africanos por causa da sua semelhança, entretanto pelas evidências iremos considerar que tivemos uma junção das duas culturas para a criação desse prato. A feijoada feita pelos escravos e a maniva utilizada pelos índios (ARAÚJO; CAVALCANTI, Josias, 2002)



Figura 2: Maniva da planta de mandioca

A maniçoba também é conhecida como “feijoada paraense” por ser utilizado quase todos os ingredientes da feijoada tradicional, mas substituindo principalmente o feijão pela maniva cozida. É dito que a origem da utilização da maniva no prato foi uma alternativa aos preços altos do feijão que era considerado um grão nobre, e de acesso restrito (CASTRO *et al.*, 2007).

Atualmente a maniçoba é um prato muito conhecido e amado pelas pessoas em todo o estado do Pará, e apesar do cuidado e complexidade que deve ser observado em seu preparo, este prato pode ser encontrado em diversos restaurantes e até em barracas populares que se especializam no preparo, facilitando assim seu consumo em várias épocas do ano, e graças a essa popularidade entre o povo e a variedade de locais onde pode ser encontrado e consumido, é possível encontrar até variações como a maniçoba vegana que utiliza o tofu e queijo para substituir as carnes que normalmente acompanham o prato, dando a oportunidade a todos de experimentarem esse prato tão importante para a cultura e o povo paraense.

4.1.2 CÍRIO DE NAZARÉ E A MANIÇOBA

O Círio de Nossa Senhora de Nazaré consiste em uma festa religiosa de ocorrência anual, no segundo domingo do mês de outubro na cidade de Belém, capital do estado do Pará (CASTRO *et al.*, 2007).

Esta festa religiosa tem destaque por sua massiva participação popular e pelas manifestações, religiosas e profanas, que se estendem por quinze dias e movimentam a cidade e a vida de seus moradores (COSTA, F. G. P. *et al.*, 2007).

Sobre as experiências gastronômicas na cultura paraense há a necessidade de definir gastronomia, que é um conceito amplo composto por diversos elementos, como as técnicas de cozinha, os patrimônios alimentares, aspectos sociais, éticos, ambientais e outras variáveis que fazem com que atualmente seja estudada por diversas ciências, tais como a antropologia, sociologia, agronomia, engenharia de alimentos entre outras (SANTOS, 2017).

Nesse cenário a maniçoba tem destaque pois é tradicionalmente o alimento mais consumido durante as festividades. Ela é servida em restaurantes de shopping e rua com arroz e farinha da mandioca (COSTA, R. G. *et al.*, 2008).

4.2 MANIVA

A espécie Maninho esculenta crantz que pode ser a mandioca, a macaxeira (mandioca mansa, aipim), ou mesmo a maniçobeira, outra variedade da qual se aproveita somente as folhas, contém uma substância tóxica chamada ácido cianídrico (HCN), muito utilizado para fabricação de plástico, corante diversos, acrílico, pesticidas fertilizantes agrícolas e na extração de minérios como ouro e prata. Apesar de sua utilidade em diversas áreas, o ácido cianídrico é considerado um dos venenos mais perigosos descoberto, e mesmo em pequenas doses pode ser fatal se ingerido(SANTOS, 2017).

“O princípio tóxico da planta é o ácido cianídrico (HCN, Figura 2), sua ingestão ou mesmo inalação, representa sério perigo à saúde, podendo ocorrer casos extremos de envenenamento. Considera-se que a dose letal é de aproximadamente 10 mg de HCN por kg de peso vivo”, alerta a professora Dra. Carissa Bichara, coordenadora do curso de Ciência e Tecnologia de Alimentos da Universidade Federal Rural da Amazônia (UFRA) (MARIA VERÔNICA MEIRA DE ANDRADE, [s.d.]).

Acido cianídrico



HCN

Figura 3 - Estrutura química do Ácido Cianídrico

Também sabemos que ao se moer a folha da mandioca, processo pelo qual se obtém a maniva, a folha libera o gás cianeto, gás esse que é utilizado por essas plantas para se defender de predadores. Já existem diversos estudos sobre a intoxicação de animais causadas por ácido cianídrico e assim é possível perceber o quão perigoso ele pode ser (LIMA *et al.*, 2009).

Como a absorção é rápida, os sintomas da intoxicação cianídrica aparecem logo após ou mesmo durante a ingestão da planta, e caracterizam-se por dispneia, taquicardia, mucosas cianóticas, sialorreia, tremores musculares intensos, andar cambaleante, nistagmo e opistótono. O animal cai permanecendo em decúbito lateral. A dificuldade respiratória torna-se cada vez mais acentuada, o animal entra em coma e morre. A morte sobrevém por parada respiratória dentro de 15 minutos a poucas horas, após o aparecimento dos primeiros sinais. O HCN quando ingerido em doses abaixo da letal, por longo prazo, pode causar lesão no sistema nervoso e tireoide (COSTA, F. G. P. *et al.*, 2007).

Observando esses perigos podemos entender melhor porque se exige tanto cuidado ao preparar a maniva e conseqüentemente a maniçoba.

Cuidados necessários ao preparar a maniva.

Apesar dos seus perigos, por causa das toxinas encontradas na folha da mandioca, se for bem preparado não apresenta nenhum risco ao ser humano.

Para isso, alguns cuidados devem ser observados, depois de triturar as folhas da mandioca até obter um tipo de pastar verde escura com um cheiro forte, deve-se cozinhar por vários dias para se eliminar completamente a toxina da maniva. É recomendado que se faça esse cozimento por 7 dias seguidos.

Mas esse tempo todo de fervura não justifica somente a eliminação da substância tóxica. Ele é necessário também para criar uma textura específica do prato e ganhar um sabor intenso, gerado a partir da oxidação da folha em contato com a gordura das carnes (COSTA, R. G. *et al.*, 2008).

Como foi descoberta?

A maniva, que é a folha de origem da maniçoba, vem da tradição indígena, muito usada em outros pratos típicos do Pará, por isso, acredita-se que ela foi descoberta pelos índios.

Porém, é possível que a receita também faça parte da cultura africana, que pode ter acrescentado os demais ingredientes, o que originou a maniçoba que é consumida atualmente.

Tabela 1 - Composição química e valor energético da maniçoba (Manihot)

Matéria Seca (%)	93,30
Cinzas (%)	7,50
Nitrogênio total (%)	1,92
Nitrogênio ligado a FDA (%)	0,78
Proteína Bruta (%)	12,00
Proteína digestível (%)	5,25
Fibra em detergente neutro (%)	58,60
Hemicelulose (%)	11,30
Celulose (%)	28,70
Lignina em KMnO4	17,10
Energia digestível (Mcal/kg)	2,00

Fonte:

4.4 PREPARO (CILCO MANIVA)

- ❖ **1º dia:** A maniva precisa ser lavada e depois moída para ser colocada numa panela de 50L de capacidade, tendo água até a metade para cozinhar. Então é adicionado toucinho de suíno cortado em cubos grandes e refogados, num pacote de folhas de louro e pé de porco. Ferve-se por 8h em fogo brando, sem deixar que seque ou queimar. Então adicionar água quando a consistência da maniva se tornar pastosa. E mexer a massa a cada hora com uma colher de aço inoxidável.
- ❖ **2º, 3º e 4º dia:** Ferver por 8h, em fogo brando, adicionar água novamente quando a maniva estiver pastosa. E continuar a mexer bem a cada hora a massa.
- ❖ **5º dia:** Colocar em um recipiente, com cerca de 5 L, as carnes (charque, bacon, orelhar e pé de suíno) cortadas em cubos para retirada do excesso do sal. Ao mesmo tempo a panela da maniva deve continuar a fervura por mais 8h em fogo brando, continuamente colocando água e mexendo a cada hora.

- ❖ **6º dia:** As carnes refogadas devem ser colocadas na panela de maniva para ferverem por 8h em fogo brando, e adicionando água e mexendo a cada hora.

- ❖ **7º dia:** Em uma panela com cerca de 5L, aquece então a gordura hydrogenada para, então fritar a linguiça, o chouriço, o paio, o lombo suíno e o peito da carne do boi. Depois de fritos, é adicionado na panela com a maniva fervendo, e é cozido até a maniçoba adquira uma tonalidade verde bem escura. O prato então é servido quente com arroz branco, podendo ser adicionado farinha de mandioca e pimenta agostu.
O prato é servido quente e com arroz branco, suficiente para uma pessoa. Algumas pessoas também adicionam farinha de mandioca e pimenta a gosto. A maniçoba pode ser fracionada em porções e acondicionada em frascos de plástico para conservação em freezer, podendo ser consumida em até 6 meses, após aquecimento em fogão ou forno micro-ondas.



Figura 4 - Prato de Maniçoba pronto

5. CONCLUSÃO

Este trabalho se propôs a fazer uma revisão das principais literaturas referentes a história, cultura e modo de preparo desse prato de importância ímpar em algumas regiões do Brasil. Com isso concluímos que: a maniçoba não somente é um prato é uma amostra do resultado da mistura dos povos e uma parte importante da cultura paraense; que pode ser vista em um dos seus principais eventos; apesar da demora no preparo e a cuidado que devem ser tomados com o seu principal ingrediente, a maniva, ainda continua sendo um prato muito consumido em todo o estado do Pará e em outros lugares inclusive fora do país.

6. REFERÊNCIAS

- ALLEM, A. C. *et al.* Recursos genéticos de maniçobas (*Manihot s pp . Euphorbiaceae*) para forragem no Nordeste semi-árido . **Recursos genéticos e melhoramento de plantas para o Nordeste brasileiro.**, 1993. p. 1–17. Disponível em: <<https://www.alice.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/133723/1/soares.pdf>>.
- ANA VIRGINIA VILALVA. Maniçoba: um prato com origens divergentes, mas que conquistou a Bahia. 2021. Disponível em: <<https://lets gobahia.com.br/noticia/default/manicoba-um-prato-com-origens-divergentes-mas-que-conquistou-bahia>>.
- ARAÚJO, G. G. L. De; CAVALCANTI, Josias. Potencial de Utilização da Maniçoba. **Embrapa Semiarid Agriculture**, 2002. p. 1–15.
- CASTRO, J. M. D. C. *et al.* Performance of Santa Inês lambs fed total mixed rations containing different ratios of concentrate to ceara rubber tree hay. **Revista Brasileira de Zootecnia**, 2007. v. 36, n. 3, p. 674–680.
- COSTA, F.G.P.; OLIVEIRA, C. F. S. . B.; L.R.; SILVA, E.L.; LIMA NETO, R. C. . S.; J.H.V. Valores Energéticos e Composição Bromatológica dos Fenos de Jureminha, Feijão Bravo e Maniçoba para Aves. **Revista Brasileira de Zootecnia**, 2007. v. 36, p. 4.
- COSTA, F. G. P. *et al.* AVALIAÇÃO DO FENO DE MANIÇOBA (*Manihot pseudoglaziovii* Paz & Hoffman) NA ALIMENTAÇÃO DE AVES CAIPIRAS. **Revista Caatinga**, 2007. v. 20, n. 3, p. 42–48.
- COSTA, R. G. *et al.* Sensorial and chemical characteristics of the milk of Moxotó goats fed with maniçoba silage. **Revista Brasileira de Zootecnia**, 2008. v. 37, n. 4.
- GLOBO. Cozimento da maniçoba pode levar uma semana veja cuidados especiais. 2014. Disponível em: <<https://g1.globo.com/pa/para/especial-publicitario/hapvida/noticia/2014/08/cozimento-da-manicoba-pode-levar-uma-semana-veja-cuidados-especiais.html>>.
- LIMA, A. *et al.* Produção e valor nutritivo da parte aérea da mandioca, maniçoba e pornunça. **Revista Brasileira de Saúde e Produção Animal**, 2009. v. 10, n. 1, p. 129–136.
- MARIA VERÔNICA MEIRA DE ANDRADE. MANIÇOBA (*Manihot glaziovii*). **UFPB**, [s.d.].
- MATOS, D. S. De *et al.* Chemical composition and nutritional value of the maniçoba silage (*Manihot pruinosa*). **Archivos de Zootecnia**, 2005. v. 54, n. 208, p. 619–629.
- SANTOS, G. F. Maniçoba - Identidade cultural e memória presente e ausente na cidade de Cachoeira - BA. **Revista Eletrônica Ventilando Acervos**, 2017. v. V. especial, n. 1, p. 72–90. Disponível em: <<http://www.dicio.com.br>>.