

Sabor e Som

Causos de cozinha

Organizadora

SÍLVIA MARIA GUERRA ANASTÁCIO



Sabor e Som: causas de cozinha

é a sequência de uma série de receitas culinárias testadas por alunos do Centro de Apoio Pedagógico ao Deficiente Visual (CAP).

Neste audiolivro, há uma roda de conversa em que os personagens vão entrando e contando seus casos engraçados, que vêm acompanhados por receitas contendo um detalhado modo de fazer e seus respectivos ingredientes. Aprendemos a preparar feijoadas saborosas, um cozido, um prato de siri catado e, finalmente, um macarrão especial. Tudo isso roteirizado, gravado e editado pela Equipe PRO.SOM da Universidade Federal da Bahia (UFBA), formada por pesquisadores de iniciação científica do Instituto de Letras e da Escola de Teatro da UFBA, sob a coordenação da Prof.^a Dr.^a Sílvia Maria Guerra Anastácio. Este audiolivro encontra-se acessível em uma versão interpretada por atores e uma versão em PDF, preparada especialmente para os deficientes visuais.

Vale a pena conferir!



SABOR E SOM

Causos de cozinha

UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Reitor

João Carlos Salles Pires da Silva

Vice-reitor

Paulo Cesar Miguez de Oliveira

Assessor do reitor

Paulo Costa Lima



EDITORA DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA BAHIA

Diretora

Flávia Goulart Mota Garcia Rosa

Conselho Editorial

Alberto Brum Novaes

Angelo Szaniecki Perret Serpa

Caiuby Alves da Costa

Charbel Niño El-Hani

Cleise Furtado Mendes

Evelina de Carvalho Sá Hoisel

Maria do Carmo Soares de Freitas

Maria Vidal de Negreiros Camargo

Apoio:



PROEXT
PROGRAMA DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA



Instituições envolvidas:



PROSOM

Sabor e Som

Causos de Cozinha

Organizadora

SÍLVIA MARIA GUERRA ANASTÁCIO

Salvador | EDUFBA | 2021

Adaptação de receitas testadas por alunos do Centro de Apoio Pedagógico ao Deficiente Visual (CAP), em Salvador. A edição em língua portuguesa é publicada pela Editora da Universidade Federal da Bahia (Edufba), em 2021. Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser reproduzida ou transmitida de nenhuma forma e por nenhum meio, eletrônico ou mecânico, inclusive fotocópia, gravação ou por qualquer sistema de recuperação de armazenagem de informação sem a permissão da Edufba.

2021, autores.

Direitos para esta edição cedidos à Edufba.

Feito o Depósito Legal.

Grafia atualizada conforme o Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa de 1990, em vigor no Brasil desde 2009.

Projeto gráfico

Alana Conçaves de Carvalho Martins

Capa e Editoração

Miriã Santos Araújo

Foto de capa

valeria_aksakova / Freepik

Revisão

Cristovão Mascarenhas

Sistema de Bibliotecas – SIBI/UFBA

Sabor e Som : casos de cozinha / Sílvia Maria Guerra Anastácio, organizadora.

- Salvador : EDUFBA, 2021.

49 p.

Disponível também em versão audiolivro

ISBN: 978-85-232-2053-2

Modo de acesso: <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/33228>

1. Culinária brasileira. 2. Gastronomia. 3. Pessoas com deficiência visual. I. Anastácio, Sílvia Maria Guerra.

CDD – 641.5981

Elaborada por Jamilli Quaresma CRB-5: BA-001608/O

Editora filiada à



CBaL

Editora da UFBA

Rua Barão de Jeremoabo, s/n – Campus de Ondina

40170-115 – Salvador – Bahia

Tel.: +55 71 3283-6164

www.edufba.ufba.br | edufba@ufba.br

Apresentação

Sabor e Som: causos de cozinha é a sequência de uma série de receitas culinárias testadas por alunos do Centro de Apoio Pedagógico ao Deficiente Visual (CAP), sob a orientação da Pedagoga e Especialista em Educação Especial, Maria de Fátima Matos de Jesus, que então lecionava Atividades para a Vida Autônoma. Neste audiolivro, há uma roda de conversa em que os personagens vão entrando e contando seus casos engraçados, que vêm acompanhados por receitas contendo um detalhado modo de fazer e seus respectivos ingredientes. Aprendemos a preparar feijoadas saborosas, um cozido, um prato de siri catado e, finalmente, um macarrão especial. Tudo isso roteirizado, gravado e editado pela Equipe PRO.SOM. Vale a pena conferir. E, é claro, o audiolivro começa com a música “Superação”, cuja letra é de autoria de Francisco Gonçalves de Jesus e melodia da doutoranda Luciana de Lucena.

SABOR E SOM: CAUSOS DE COZINHA

Personagens

Francisco, Luzia, João, Matheus,
Antônio, Professora Fátima, Carminha

Época

Atual

Local

Salvador (BA)

CENA 1

A FEIJOADA

Efeito Sonoro: *Burburinho de pessoas se cumprimentando. Passos.*

Francisco: Oi, pessoal, que bom que vocês chegaram! Podem ir se acomodando aqui na sala, que o feijão já tá no fogo!

Luzia: Hum... Eu tô sentindo o cheirinho!

Matheus: E foi muito difícil fazer, Chico?

Francisco: Que nada! Foi só deixar tudo preparado antes. Eu já tinha colocado o feijão de molho de um dia pro outro, aí fui arrumando tudo que eu ia usar, pra ficar mais fácil na hora, né? Botei os temperos na mesa, separei uma panela pra esquentar a carne (coloca a panela na mesa) e a outra

pra cozinhar o feijão, peguei a tábua de carne...
Aí comecei a cortar as carnes salgadas (cortando carne)
e coloquei na panela pra escaldar. Enquanto isso,
fui cortando os temperos. Assim que ouvi o som da
água fervendo (água fervendo), desliguei o fogo e es-
corri a carne salgada. Aí, peguei outra panela, juntei a
carne fresca junto com os temperos, liguei o fogo,
comecei a rechear (fritura) e fui mexendo até subir
aquele cheirinho gostoso...

Luzia: Hum... Já tô sentindo o cheirinho.

Francisco: Depois disso, escorri o feijão e botei pra
ferver junto com todas as carnes. Só que eu não botei
na panela de pressão, né? Botei em um caldeirão e
deixei a tampa meio aberta pra ouvir na hora que
começasse a ferver.

João: Ah, você foi esperto!

Francisco: Pois é, rapaz! Aí, depois, coloquei cinco
folhas de louro pra dar aquele sabor!

Luzia: E já não deu tempo de ferver não?

Francisco: Eita, vou ver isso agora! Vou na cozinha
rapidinho e já volto.

Efeito Sonoro: *Caldo do feijão borbulhando na panela ao fundo.*

Francisco: (Falando para si mesmo) Hum, deixa eu pegar um pouco desse feijão e botar num pratinho pra ver se tá tudo no ponto... (prova o caldo) Hum... Perfeito! O sal tá no ponto certinho! Hum... tem até um gosto e um aroma diferente, que eu não sei nem o que é... não sei que gosto é esse, mas tá bem saboroso... Só não entendi por que essa folha de louro ficou toda enrolada...

Professora Fátima: (Entrando na cozinha) Francisco, vim pegar água pro pessoal... Nossa, vi esse boldo aqui em cima e acabei de me lembrar que fiquei de fazer um chá pra minha mãe e esqueci.

Francisco: Oxe, pró, que boldo?

Professora Fátima: Que tá ali em cima da pia, junto do fogão.

Francisco: (Em tom hesitante) Aaah, claro... Sabe, professora, é que eu comi muita coisa gordurosa ontem e acordei meio pesado... fiz um chá com o boldo e deixei o resto das folhas aí em cima... se quiser, pode levar umas pra sua mãe.

Professora Fátima: Ah, sim! Obrigada! Tô pegando a água aqui. Vou lá pra sala dos professores, qualquer coisa, me chame, viu.

Francisco: (Falando para si) Eita... agora foi que deu... Eu nem falei pra professora Fátima, mas botei boldo no lugar da folha de louro no feijão! E agora?... não tem mais como tirar... Vai assim mesmo, seja o que Deus quiser... Pelo menos, o boldo faz bem pra barriga e ninguém vai sair correndo pro banheiro...

Efeito Sonoro: *Burburinho de pessoas conversando.*

Francisco: (Gritando) Pessoal, o feijão tá na mesa! (Passos).

Antônio: Hum... Tá uma delícia esse feijão, viu?! Ó, parabéns!

Luzia: (Com a boca cheia) Verdade, Francisco arrasou!

Francisco: (Espantado) Gostaram mesmo?!

Matheus: Oxe, tá uma delícia! Bem levinho...

Francisco: Acabei de inventar essa receita. Apelidei de “F-L-D”! Feijoada leve... e digestiva!

Matheus: E por que digestiva?

Francisco: Rapaz, fique na sua... Segredo de *chef*!
O que importa é que ficou bom, não ficou?

João: Vixe, nem fale, tá uma delícia! Melhor que o meu, que quase explodiu.

Matheus: Oxe, como foi isso?

CENA 2

UM ESTOURO DE FEIJÃO

Efeito Sonoro: *Atmosfera interior/sala de aula.*

João: Poxa, Chico, é que você falou desse seu feijão aí, e me fez lembrar de uma história que aconteceu comigo uns anos atrás, espia! Era um sábado de tarde e eu tava esperando minha esposa chegar do trabalho, porque a gente ia fazer juntos uma feijoada. Ela já chegou mandando, cês sabem bem como é ela: “Jão, cata o feijão!” (feijão cai na tigela), “Jão, corta as carne!” (corta na tábua de carne), “Jão, bota o feijão na água pra inchar!”, e ela lá preparando o tempero.

Francisco: (Rindo) Mas, rapaz! A patroa já chegou mandando, né não? Eu bem sei e ai de você que não fizesse!

João: Pois é, gente! Então continuei na minha missão. Depois de ter refogado tudo e o tempero dela

ficar pronto, botei tudo numa panela de pressão (despeja pedaços na água) que a gente tem lá, de uns quatro ou cinco quilos.

Antônio: Agora eu entendi porque ela chegou mandando que nem uma general, vocês iam fazer feijão pra um pelotão inteiro (ri)!

João: Que nada, rapaz. É porque era o feijão da semana. Sim, enfim, era umas oito da noite na hora que a gente botou a panela no fogo (fogão acende). Na época, meu filho tinha uns três meses de nascido, espie só! A gente deixou o menino no berço e foi pro sofá assistir televisão, a hora da novela é sagrada, né? O negócio pegou foi aí...

Francisco: Por quê? A TV saiu do ar?

João: Quê? Não, queria eu que fosse na novela o problema. A gente caiu no sono com a panela no fogo.

Antônio: Vixe, rapaz! Queimou o negócio todo então...

João: Espie... De repente, a gente escuta Alberto, o vizinho de baixo, batendo na janela desesperado e gritando a gente: (bate na janela) “Ô João!!! Dona Juçara!!”. E ele batia na janela (bate na janela), e gritava, e nada da gente acordar.

Antônio: Meu Deus! E o que foi que aconteceu, Jão? Fala logo! Já tô na ansiedade aqui!

João: Nessa hora, a gente acordou assustado com os gritos de Alberto e tinha uma cortina de fumaça espalhada pela casa inteira, saindo pela janela (panela de pressão). Chega não tava dando pra enxergar direito, de tanta fumaça.

Francisco: (Perplexo) Meu Deus, Jão! E a criança!?

João: Calma, rapaz... A gente levantou correndo! Deu nem tempo de falar com Alberto na hora, né, por causa do desespero. (Som crescente de panela de pressão) Corremos pra cozinha, abri a porta bem devagar e saiu muita fumaça de lá de dentro (fumaça). Depois que espalhou um pouco, a gente viu a panela em cima do fogão, toda preta!

Francisco: (Envolvido) Caramba, Jão! E o que aconteceu com o menino?

João: Espie... (panela de pressão) Eu entrei na cozinha sorrateiro, morrendo de medo daquele negócio explodir na minha cara. Um fumacê, um fedor horrível de queimado e lá vou eu pra panela.

Antônio: Mas, homem! E o que que aconteceu com o menino?

João: Gente, calma. Meu filho tá bem. Foi ele que me trouxe hoje pra reunião. Vocês deixem de agonia que eu quero terminar minha história!

Efeito sonoro: *Comoção geral e interjeições de alívio.*

João: Enfim, gente, espia! (Panela de pressão) Aí eu peguei a panela, com muito cuidado, e saí correndo picado pro fundo de casa (passos), que tava cheio de mato. Botei a panela no chão beem devagarinho e voltei picado pra dentro (passos) de casa de novo, com medo da panela tá só esperando eu pegar ela pra estourar na minha cara.

Francisco: Mas nada aconteceu nesse dia, né? Cê já tinha baixa visão nessa época?

João: Não tinha ainda, não. Mas também nada de muito grave aconteceu nesse dia. Eu deixei a panela lá no fundo e voltei pra dentro de casa. Ainda tava tudo fedendo, mas já tava quase sem fumaça. Minha esposa tava na porta de casa, com nosso menino no colo, toda se tremendo e agradecendo ao vizinho, né, por ter salvo a gente.

Antônio: Ih, rapaz, essa foi por pouco hein? Mas e a panela, explodiu?

João: Que nada. No outro dia, fui lá no fundo e a panela tava inteirinha. Só tava toda preta por dentro. Perdemos o feijão todo e até hoje a gente não usa mais panela de pressão. Vai que a gente dorme de novo, vendo a novela!

Francisco: Meu amigo, eu pensei que meu feijão tava caprichado, mas o seu tava quase um estouro!

Todos: (Riem).

CENA 3

QUE DESPERDÍCIO

Efeito Sonoro: *Pessoas rindo. Burburinho.*

Antônio: Ai, João, meu velho, essa história me lembrou de quando eu era criança. Lembra que eu tava te contando essa história um dia desses, Luzia?

Luzia: (Murmura).

Antônio: Oxente, mulher, vai dormir é?

Luzia: Nada. Eu tô só descansando um pouquinho aqui desse feijão. A digestão tá boa, viu. Mas sim, (Boceja) continue a história que eu tô cá do sofá te ouvindo.

Antônio: Tá bem, espia. Eu e minha irmã, a gente amava brincar de fazer confete para jogar nos outros.

Aí, eu lembro de um dia que minha mãe tava na cozinha preparando alguma coisa pra gente comer. Criança quando está brincando sente uma fome! A competição lá em casa era pra ver quem comia mais... Aí, nesse dia, quando a gente tava cortando papel (tesoura cortando papel)... Pense num cheiro gostoso (panela borbulhando) que invadiu a sala inteira... Ninguém quis saber mais de cortar papel e foi todo mundo (passos rápidos) correndo pra cozinha saber o que mainha tava fazendo. Aí, ela já foi gritando, né, “Pode sair daqui, não quero ninguém na minha cozinha!”. Hein, Luzia, lembra que eu tava te falando que...

Luzia: (Ronca).

Efeito Sonoro: *Burburinho.*

Antônio: (rindo) Rai, ai, viu? Isso é porque tava só digerindo o feijão (ronco)... Mas enfim, galera, menino é curioso e de lá a gente não arredou o pé e já fomo logo perguntando: “*Mainha, a senhora tá fazendo o quê que tá cheirando assim?*”. Aí, mainha já querendo expulsar a gente da cozinha, foi falando: “*Tô fazendo um cozido, tem tudo que cês gostam: quiabo, batata, banana da terra, abóbora...*” Aí, minha irmã perguntou logo se não tinha carne, né, no cozido. Aí, pense na lista que mainha deu: calabresa, carne de sertão,

carne verde... Tanta carne, que eu nem sabia que existia... Mainha, já perdendo a paciência, gritou pra gente voltar pra sala. Aí a gente voltou (passos) e tome-lhe cortar papel, tome-lhe cortar papel (tesoura cortando papel). Quando pensa que não, mainha chama a gente pra comer (passos rápidos)... Êta (rindo), melhor hora do dia! Aí, a gente arrumando lá a mesa, começa a subir um cheiro estranho... Um cheiro de queimado... Aí, mainha foi logo olhar, né? Aí, vixe... Pense que grudou tudo no fundo da panela...

Francisco: Eita... Perdeu a comida toda.

Antônio: Quenada, Chico! Mainha não era de perder comida não! Inventou de sacudir a panela, segurou com força as alça e deu uma sacudida (fazendo som de panela sendo sacudida)... Pelo barulho (som de *splash*) e com toda aquela confusão, a gente não sabia se ria ou se chorava (rindo)... Mainha só fazia gritar (gritando): “*Meu Deus! Socorro! Cozido voador!*”. E, naquele dia, foi verdura e carne pra todo lado e a gente ficou só na vontade do cozido... (riso leve) Mas que foi engraçado, isso foi, (em tom irônico) né, Luzia?

Efeito Sonoro: *Ronco.*

CENA 4

O TAL DO SIRI CATADO

Luzia: (Cantarolando e assobiando).

Carminha: (Gritando) Ôôôôô Luziaaa!

Luzia: (Cantarolando e assobiando).

Carminha: (Gritando) Luziaaa! Luzia! Abre aqui!

Luzia: (Cantarolando e assobiando) (Tira tampa da panela) Eita, que isso tá é bom!

Carminha: (Gritando) Abra aqui, criatura, que o sol tá quente demais!

Luzia: Oxe! Quem é que tá me chamando numa hora dessa?! (Passos).

Carminha: Ave Maria! Que demora! Tá surda, é?

Luzia: Ora, mas que ousadia! (Som de chaves) Bate na minha porta (abre o cadeado) em pleno meio dia e ainda bota banca, han, é mole? (Abre o portão).

Carminha: (Passos) Oxe, Luzia! Tava passando aqui na frente... Tava com uma sede retada, sabe?

Luzia: (Desconfiada) Hum! Sei!

Carminha: E aí... Resolvi te pedir um copo d'água! (Cheirando) Hum, que cheiro delicioso! Tá fazendo o quê, Luzia?

Luzia: Hum, deixe de coisa! Quem não sabe que era isso que você queria?

Carminha: Oxe! Eu, não! Eu só tava passando aqui na rua...

Luzia: Vambora, Carminha! Entre logo e vamo comê, que eu tô com uma fome retada! (Portão fechando).

Carminha: Ah, já que você insiste!

Luzia: Ora, mas você me deixe, viu... (Passos).

As duas: (Riem).

Luzia: Cê tava indo pra onde, mulher?

Carminha: Ah, menina! Fui levar Heloísa na escola, sabe que é ali pertinho da feira, né? Pois, e não me deu uma vontade de comer uma batata doce? Deixei a menina na escola, fui pegar a batata doce, procurei, procurei, ninguém tinha uma batata doce, minha amiga. Voltei de mão abanando pra casa. Aí passei aqui na frente de sua casa, já cansada, assim com sede, vim pedir uma água e olha só que maravilha um siri catado delicioso aqui... (A fala vai ficando cada vez mais baixa).

Efeito sonoro: *Lavando os pratos.*

Carminha: Huum! Melhor do que eu imaginava! Só faltou um refri!

Luzia: (Debochada) Hum, da próxima vez, você traz o refri, querida!

Carminha: (Ri) Eita, que você não perde a chance de me alfinetar, né?

Luzia: Hum, hum!

Carminha: Você vai ver só! Da próxima vez, euzinha aqui que vou fazer um siri catado desse pra você!

Luzia: Menina, eu quero só ver!

Carminha: Cê vai ver só! Agora... Me diga uma coisa... Onde é que eu acho um siri fresquinho assim, igual a esse aqui?

Luzia: Ah, minha filha! Senta que lá vem história! Eu que pesquei!

Carminha: (Surpresa) Você? (riso) E você num disse que nunca mais voltava lá depois daquele episódio, Luzia?

Luzia: Ah, pois! Voltei e foi tudo igualzinho!

As duas: (Riem).

Carminha: Eita! Agora que eu tô vendo o seu braço todo pinicado! (Gargalhada).

Luzia: Ria, ria! Ria porque não foi com você!

Carminha: Conta logo como foi dessa vez!

Efeito sonoro: *Música de fundo.*

Luzia: Ah, Carminha! Você sabe como eu sou, né? Acordei umas quatro da manhã, aguando um siri catado. E pensei: “*Ai, quer saber de uma? Eu vou aproveitar que levantei cedo e vou lá atrás do meu siri, isso sim!*”. Peguei a minha linha de nylon,

meu anzol e ganhei caminho! O resto foi tudo igualzinho da outra vez! Eu tava lá, com uma quantidade boa de siri, tomei um escorregão e foi siri pra tudo quanto é lado, e eu pegando os siris e os siris me mordendo. Ai, uma agonia só!

Carminha: (Risadas que já estão acontecendo ao longo da fala anterior) O importante é que ficou gostoso, né? Olhe, o segredo dessa gostosura toda deve ser a adrenalina dos bichinhos em alta, depois de tentar fugir de você!

Luzia: (Irônica) Hum, hum, hum. Fique debochando de mim! Da próxima vez, eu te deixo lá, fritando no sol!

Carminha: Oxe, amiga, e não tá gostoso, não?!

Luzia: Ora, depois de tanto sacrifício... Tinha era que ter ficado gostoso mesmo! O segredo é fazer com amor e não economizar no tempero! Bastante tomate, cebola, coentro, cebolinha... Ó, não tem erro!

Carminha: Só isso, amiga?!

Luzia: Sal, é claro! Ah! E tem que catar direitinho, viu? Primeiro, você deixa o siri cozinhar! Depois de esfriar, você cata todinho, bem catadinho, não pode

ficar nenhum pedacinho de casca! Depois você mistura com o tempero e aí coloca o azeite...

Carminha: (Interrompe) Eita que essa comida tá dando muito trabalho!

Luzia: Ah, que trabalho?! Você coloca pra cozinhar, enquanto isso já vai cortando os tempero todinho...

Carminha: (Ri) E a parte de ir lá pegar o siri, cair no chão, me ralar toda e ainda ser pinicada pelos bichos?!

As duas: (Riem).

Luzia: Hum...Olhe, Carminha! Você não tem jeito, viu?

CENA 5

O CHEFE DA COZINHA

Luzia: (Rindo enquanto dorme).

Antônio: Oxe, oxe, oxe, oxe, oxe... Oh, a outra dormiu e agora tá rindo sozinha (ri). Luzia, Luziaa, ô Luziaaaaa!

Efeito Sonoro: *Burburinho.*

Luzia: (Falando alto) Ai, oi, vixe! Continue, homem, eu tava te ouvindo. Você e a sua irmã brincavam de confete... E aí, depois?

Antônio: (Fazendo muxoxo) Sabe nem fingir... Já contei, já terminei, Mateus já tava era contando a história dele, ó!

Mateus: Cês têm é que aprender comigo, pai! Sou um mestre cuca de categoria, é... (rindo). Logo que

me casei, quis fazer uma surpresa pra minha mulé, né? Eu tava folgando do trabalho, sabia que ela ia chegar cansada, morrendo de fome da academia onde é instrutora, pá. Por isso, decidi fazer um macarrãozinho especial pra ela. Eu nunca tinha cozinhado sozinho antes, só esquentava um leite, fritava um ovo... O resto era colocar tudo no micro-ondas e vida que segue, né, rei? (ri). Mas vocês sabem como é, né? O cara tem que conquistar a mulher até depois de casado, pai... (em tom de conquistador). E lá fui eu pra cozinha. (Lavando os pratos) Lavei os pratos, varri o chão (varrendo o chão), me organizei todo pra começar o meu desafio na cozinha. Fui fazendo que nem Francisco, botei tudo que eu ia precisar em cima da mesa e comecei.

Francisco: (Orgulhoso) Esse é meu garoto!

Mateus: (Ri) Peguei uma panela grande (pega a panela), meu irmão, enchi de água (panela enchendo de água), botei em fogo alto (fogão acendendo). Quando ouvi borbulhar a água (água borbulhando), joguei o macarrão (macarrão sendo jogado na panela), um pouquinho de sal (coloca sal na água), cortei o queijo (corta), o presunto (corta), o coentro (corta) e os tomates. Aí, piquei a cebola (corta) beeeem

pequeninha, véi, porque minha mulher é chata pra essas coisas, viu? E aí é que foi o problema: (ri) quanto mais eu cortava, mais eu chorava!

Francisco: (Ri em tom debochado) Fica dizendo que é chefe, mas nem sabe do truque de botar a cebola uns dez minutinhos no congelador antes de cortar.

Mateus: (Em tom autoritário) Fique na sua, Chico! Continuando, desliguei o fogo (fogão sendo desligado), escorri e lavei (água cai) o macarrão pra ele não grudar. Há quem diga que não sou chefe, mas esse truque de mestre não é todo mundo que sabe, não!

Luzia: Hum... tá se achando, viu?

Mateus: (Muchocho) Ai, ai... Em seguida, coloquei a cebola pra fritar na margarina (cebola fritando) – Êta, chega de água na boca só de pensar no cheiro da cebola, ô meu Deus... – depois, botei o tomate, o coentro (aumenta o som de fritura) e mexi tudo (mexena panela). Juntei o queijo, o presunto, o milho, a ervilha e fui mexendo (mexe na panela). Aí, coloquei o macarrão pra refogar também. Coloquei tudo em uma travessa, joguei o queijo ralado por cima e pronto! Fiz isso tudo sem nem pesquisar os vídeos de receita do Youtube, só lembrando do tempo que eu cortava os temperos pra mainha.

Antônio: Ah, então a mulher gostou?

Mateus: Oxe, (ri) tem alguma dúvida disso, véi?
(Ri) Se eu tinha conquistado ela pelo coração, agora conquistei pela barriga, meu amigo!

Francisco: (Em tom introspectivo) É, a gente vem conquistando muita coisa, meus amigos. Por mais difícil que seja, por menos inclusiva que a sociedade acabe sendo pra nós, na maior parte dos momentos, temos lugares como esse onde podemos trocar experiências e aprender a ter a nossa independência. Como é que os jovens dizem? Estamos pegando a visão!

FEIJOADA DO FRANCISCO

INGREDIENTES

(Receita para 6 pessoas)

1 kg de feijão mulatinho;
300 g de carne-seca;
300 g de costela salgada;
1/2 kg de carne fresca;
1 calabresa defumada;
1 cebola média picada;
2 dentes de alho picados;
1/4 xícara (chá) de óleo;
4 folhas de louro.

MODO DE FAZER:

Preparo de feijão

- 1- No dia anterior, coloque o feijão de molho em uma vasilha com água até uns três cm acima do feijão e troque a água, pelo menos, três vezes;
- 2- No dia seguinte, troque a água do feijão novamente e leve-o ao fogo num caldeirão grande.

Preparo das carnes

- 1- Coloque as carnes salgadas de molho em uma vasilha (troque a água das carnes pelo menos uma vez);
- 2- Escorra as carnes salgadas e coloque em um caldeirão com água quente;
- 3- Deixe ferver por 30 minutos;
- 4- Escorra as carnes novamente e coloque-as na panela do feijão;
- 5- Cozinhe por mais 30 minutos;
- 6- Acrescente a calabresa e cozinhe até que tudo esteja macio;
- 7- Refogue a cebola e o alho no óleo;
- 8- Refogue a carne fresca à parte;
- 9- Acrescente a carne refogada no caldeirão do feijão;
- 10- Junte o louro;
- 11- Cuidado para não colocar boldo.

FEIJOADA DO JOÃO

INGREDIENTES

(Receita para 10 pessoas)

- 400 g de carne-seca cortadas em cubos médios;
- 200 g de lombo de porco defumado cortado em cubos médios;
- 200 g de costelinha de porco defumada cortada em cubos médios;
- 1 rabo de porco salgado pequeno;
- 1 orelha de porco salgada pequena;
- 1 ½ kg de feijão preto;
- 2 folhas de louro seco;
- 150 g de bacon cortado em cubos médios;
- 2 gomos de paio cortados em rodelas;
- 2 gomos de linguiça calabresa defumada cortados em rodelas;
- 2 cebolas picadas;
- 6 dentes de alho picados;
- Sal a gosto;
- Pimenta-do-reino em pó a gosto.

MODO DE PREPARO

- 1- De véspera, lave as carnes para retirar o sal, transfira para uma tigela e cubra com água. Deixe de molho por 12 horas, trocando a água, no mínimo, quatro vezes;
- 2- Em uma panela grande, coloque o feijão, a água e o louro;
- 3- Tampe a panela e cozinhe em fogo médio;
- 4- Escorra as carnes que estavam de molho e, em uma panela, coloque o rabo e a orelha, cubra com água e cozinhe por 20 minutos;
- 5- Escorra e reserve;
- 6- Repita o processo com a carne-seca, o lombinho e a costelinha;
- 7- Junte todas as carnes no feijão e cozinhe por três horas ou até o feijão ficar cozido, e as carnes macias;
- 8- Se necessário, acrescente mais água quente durante o cozimento;
- 9- Em uma frigideira, frite o bacon e as linguiças até dourarem e junte ao feijão;
- 10- Na mesma panela, refogue a cebola e o alho;

11- Junte o refogado na feijoada, tempere com sal e pimenta-do-reino a gosto e cozinhe até o caldo engrossar;

12- Sirva em seguida, acompanhada de arroz branco, farofa, couve, laranja, torresmo e bisteca.

COZIDO DO ANTONIO

INGREDIENTES

(Receita para 6 pessoas)

500 g de carne-seca cortada em cubos grandes;

400 g de músculo;

1 linguiça calabresa;

1 paio;

150 g de bacon;

4 batatas;

1 batata-doce;

1 mandioca;

1 chuchu;

2 bananas-da-terra;

3 cenouras;

2 cebolas;

1 tomate;

1 jiló;

¼ de abóbora japonesa;

½ pimentão verde;

10 folhas de couve;

5 talos de salsinha;

5 talos de cebolinha;

3 folhas de louro;
3 dentes de alho.

MODO DE PREPARO:

1- Numa tigela, coloque a carne-seca e cubra com água fria. Leve para a geladeira e deixe por 12 horas para dessalgar. Durante esse período, troque de água a cada três horas;

2- Leve uma panela grande, com bastante água ao fogo alto, para ferver. Enquanto isso, lave todos os legumes e folhas;

3- Descasque as batatas, a batata-doce, a mandioca, as cenouras, a abóbora, as bananas e o chuchu. Corte cada um em pedaços grandes e rústicos. Descasque e corte as cebolas ao meio, no sentido do comprimento;

4- Descarte o topo e as sementes do pimentão e do tomate. Corte cada um em quatro partes. Descarte os cabinhos dos quiabos e do jiló;

5- Coloque as folhas de couve, salsinha, cebolinha e as folhas de louro;

6- Assim que a água ferver, adicione os cubos de carne-seca, o músculo, a linguiça calabresa, o paio inteiro e o bacon. Deixe cozinhar em fogo médio por 50 minutos (mantenha as carnes na panela após esse tempo – elas vão dar sabor ao caldo e cozinhar com os legumes).

7- Junte à panela os pedaços de mandioca, de batata e de batata-doce. Deixe cozinhar por cerca de 15 minutos – verifique o ponto com um garfo, eles devem estar cozidos, mas ainda firmes.

8- Adicione ao caldo as cebolas, as cenouras, a abóbora, as bananas-da-terra e o jiló. Deixe cozinhar por 10 minutos.

9- Junte ao caldo o tomate, o pimentão, os quiabos e deixe cozinhar por mais 10 minutos. Por último, acrescente ao caldo a couve, o chuchu, os dentes de alho e as ervas. Deixe cozinhar por mais 10 minutos.

10- Transfira as carnes para uma tábua e diminua o fogo do caldo. Com cuidado para não se queimar, corte a linguiça e o paio em rodela médias e as carnes em fatias finas. Transfira para a assadeira dos legumes, volte a cobrir com papel-alumínio e reserve.

11- Sirva com pirão ou arroz branco.

MOQUECA DE SIRI CATADO DE LUCIANA

INGREDIENTES

(Receita para 4 pessoas)

1 kg de siri catado;
2 tomates;
1 pimentão;
½ molho de coentro;
1 cebola grande;
½ molho de cebolinha;
4 dentes de alhos picados;
Sumo de 1 limão;
1 xícara de água;
Azeite de dendê a gosto;
Leite de coco a gosto;
Azeite de oliva a gosto;
Sal a gosto.

MODO DE PREPARO:

- 1- Cate e lave o siri em água corrente (na peneira);
- 2- Corte todos os temperos bem picadinhos;

- 3- Misture os temperos picados ao siri e adicione o sumo do limão;
- 4- Coloque o azeite de oliva numa panela que caiba todo o siri, coloque o alho picado sem deixar queimar e jogue o siri catado para refogar;
- 5- Adicione um pouco de água fervente;
- 6- Quando estiver com pouco caldo, coloque o dendê e o leite de coco, e deixe ferver para apurar o sabor;
- 7- Sirva enfeitado com rodela de tomate e folhas de coentro por cima.

MACARRÃO DO MATEUS

INGREDIENTES

(Receita para 4 pessoas)

2 litros de água;

1 pacote de macarrão parafuso;

Sal a gosto;

Queijo ralado a gosto;

Queijo e presunto;

Coentro a gosto;

2 tomates maduros;

1 cebola grande;

1 colher de margarina;

1 colher de óleo;

1 pacote pequeno de molho de tomate;

1 lata de milho verde e ervilha.

MODO DE PREPARO:

1- Coloque a água com o sal para ferver;

2- Enquanto isso, prepare o molho;

- 3- Quando a água ferver, acrescente o macarrão e deixe por 10 minutos no fogo;
- 4- Depois, escorra o macarrão e lave em água fria;
- 5- Refogue o macarrão já cozido em 1/2 colher de margarina e depois junte ao molho;
- 6- Mexa muito bem, para todo o macarrão ficar coradinho.

Molho

- 1- Corte a cebola e os tomates (sem as sementes) em pedaços médios;
- 2- Coloque um pouco de óleo e 1/2 colher de margarina em uma frigideira, deixe esquentar;
- 3- Acrescente a cebola;
- 4- Quando a cebola estiver murcha, acrescente os tomates e o coentro, mexa e deixe mais um pouco no fogo, coloque o extrato de tomate e misture ao macarrão;
- 5- Sirva quente.

Sobre a organizadora

A Prof.^a Dr.^a Sílvia Maria Guerra Anastácio, organizadora do audiolivro *Sabor e Som: Causos de cozinha*, é formada em Letras com especialização em Tradução, Interpretação e Revisão pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio); especialização em Fundamentos de Áudio e Acústica pelo Instituto de Áudio e Vídeo (IAV), em São Paulo; mestrado em Literaturas de Língua Inglesa pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ); doutorado em Comunicação e Semiótica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP); pós-doutorado em Literatura Comparada pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG); e pós-doutorado em Comunicação e Semiótica pela PUC-SP. Na Universidade Federal da Bahia (UFBA), é professora titular do Instituto de Letras, docente permanente do Programa de Pós-Graduação em Literatura e Cultura e também do Programa de Língua e Cultura; e coordenadora do grupo de pesquisa Tradução, Processo de Criação e Mídias Sonoras (PRO.SOM):

Estudos de Tradução Interlingual e Interartes. Publicou 13 audiolivros – cada um com dois números de registro (ISBNs) referente, respectivamente, ao roteiro de publicação e a sua trilha sonora – e nove livros.

Ficha Técnica:

Sabor e Som: causas de cozinha

Roteiro

*Junior Brito, Lavínia de Melo Gargur, Luciana Santos,
Ingrid Mendes, Clara E. S. do Rosário*

Revisão

*Sílvia Maria Guerra Anastácio, Flávio Azevêdo Ferrari,
Raquel Borges Dias*

Direção

Junior Brito

Assistente de Direção

Luciana Santos

Elenco

Francisco: Edgar Bispo da Silva Neto

Luzia: Thais Patez

João: Ricardo Oliveira Rocha

Matheus: Caio Nogueira

Antônio: Junior Brito

Professora Fátima: Sophia Colleti

Carminha: Ana Mariano

Efeitos Sonoros

Ingrid Mendes, Lavínia de Melo Gargur, Sophia Colleti

Edição

Ingrid Mendes, Lavínia de Melo Gargur, Sophia Colleti

Masterização e finalização da mídia

André Tiganá

Documentação da produção em filme e fotografia

*Lavínia de Melo Gargur, Luciana Santos, Ingrid Mendes,
Clara E. S. do Rosário*

Revisão final

*Raquel Borges Dias, Ricardo Oliveira Rocha,
Lavinia de Melo Gargur, Isabella Moura,
Sandra Cristina Souza Corrêa*

Revisão Edufba

Cristovão Mascarenhas

COLOFÃO

Formato	<i>14 x 21 cm</i>
Tipologia	<i>Georgia 12/18</i>



Sílvia Maria Guerra Anastácio é formada em Letras com especialização em Tradução, Interpretação e Revisão pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio); especialização em Fundamentos de Áudio e Acústica pelo Instituto de Áudio e Vídeo (IAV), em São Paulo; mestrado em Literaturas de Língua Inglesa pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ); doutorado em Comunicação e Semiótica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP); pós-doutorado em Literatura Comparada pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG); e pós-doutorado em Comunicação e Semiótica pela PUC-SP. Na Universidade Federal da Bahia (UFBA) é professora titular do Instituto de Letras, docente permanente do Programa de Pós-Graduação em Literatura e Cultura e também do Programa de Língua e Cultura; e coordenadora do grupo de pesquisa Tradução, Processo de Criação e Mídias Sonoras (PRO.SOM): Estudos de Tradução Interlingual e Interartes. Prêmio Destaque da Iniciação Científica e Tecnológica 2018/2019 do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC). Finalista da 4ª Edição do Prêmio do Instituto Pró-Livro (IPL) – Retratos da Leitura – 2019 na categoria Cadeia Produtiva do Livro. Publicou 13 audiolivros – cada um com dois números de registro International Standard Book Number (ISBNs) referentes, respectivamente, ao roteiro de publicação e a sua trilha sonora – e nove livros.

Sabor e Som: causos de cozinha, produzido pelo PRO.SOM da Universidade Federal da Bahia (UFBA), apresenta-se como sequência do audiolivro Sabor e Som – Causos contados de receitas nordestinas, lançado em 2019. Traz uma série de receitas culinárias testadas por alunos do Centro de Apoio Pedagógico ao Deficiente Visual (CAP). Neste audiolivro, há uma roda de conversa em que os personagens contam casos engraçados, acompanhados por receitas culinárias. Visamos o público em geral, bem como deficientes visuais, para que tenham acesso a um material interessante e inovador, que busca dar acessibilidade a receitas culinárias desenvolvidas por um grupo de pessoas com deficiência visual.