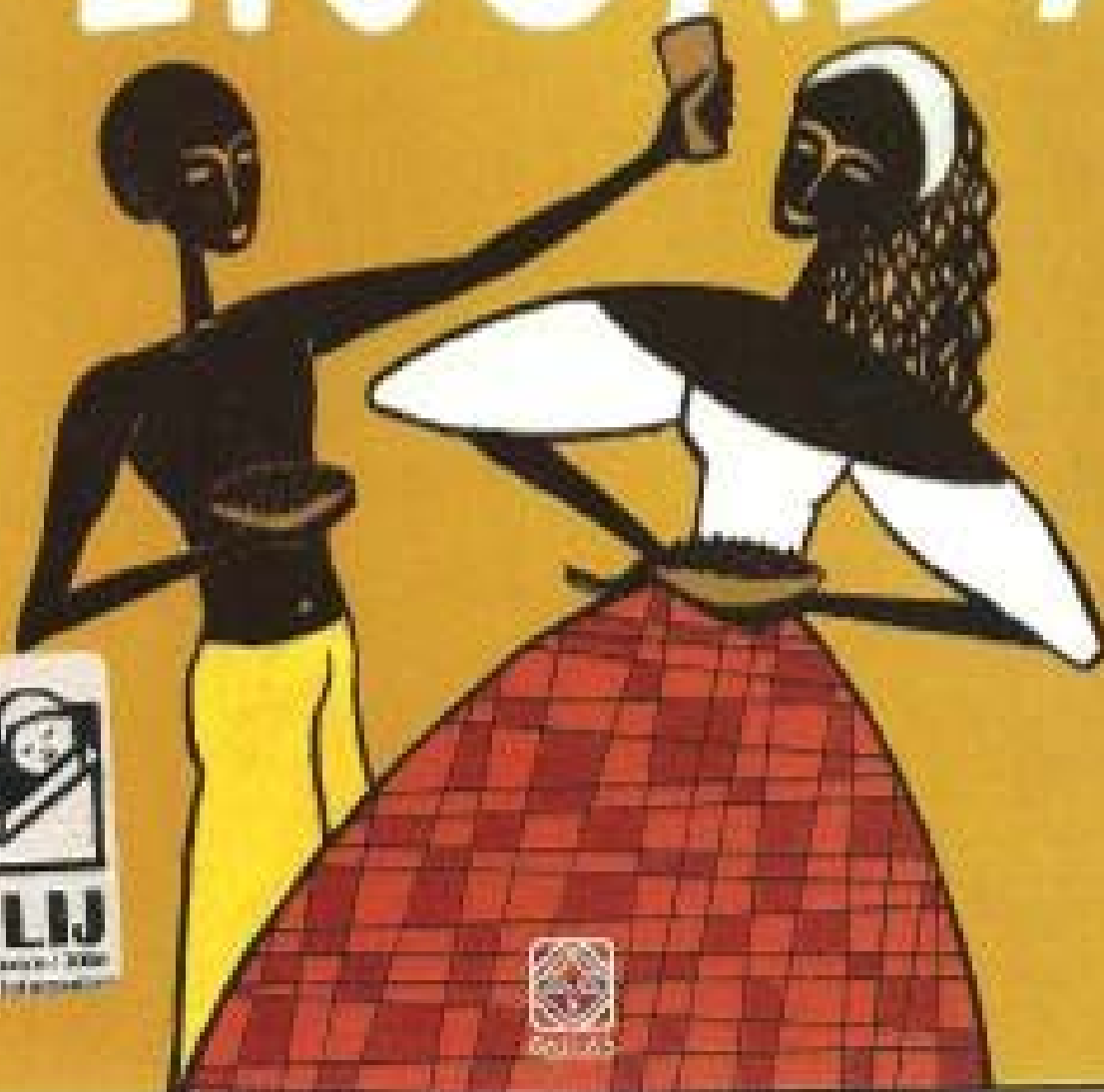


SONIA ROSA

Ilustrações de Rosinha Campos

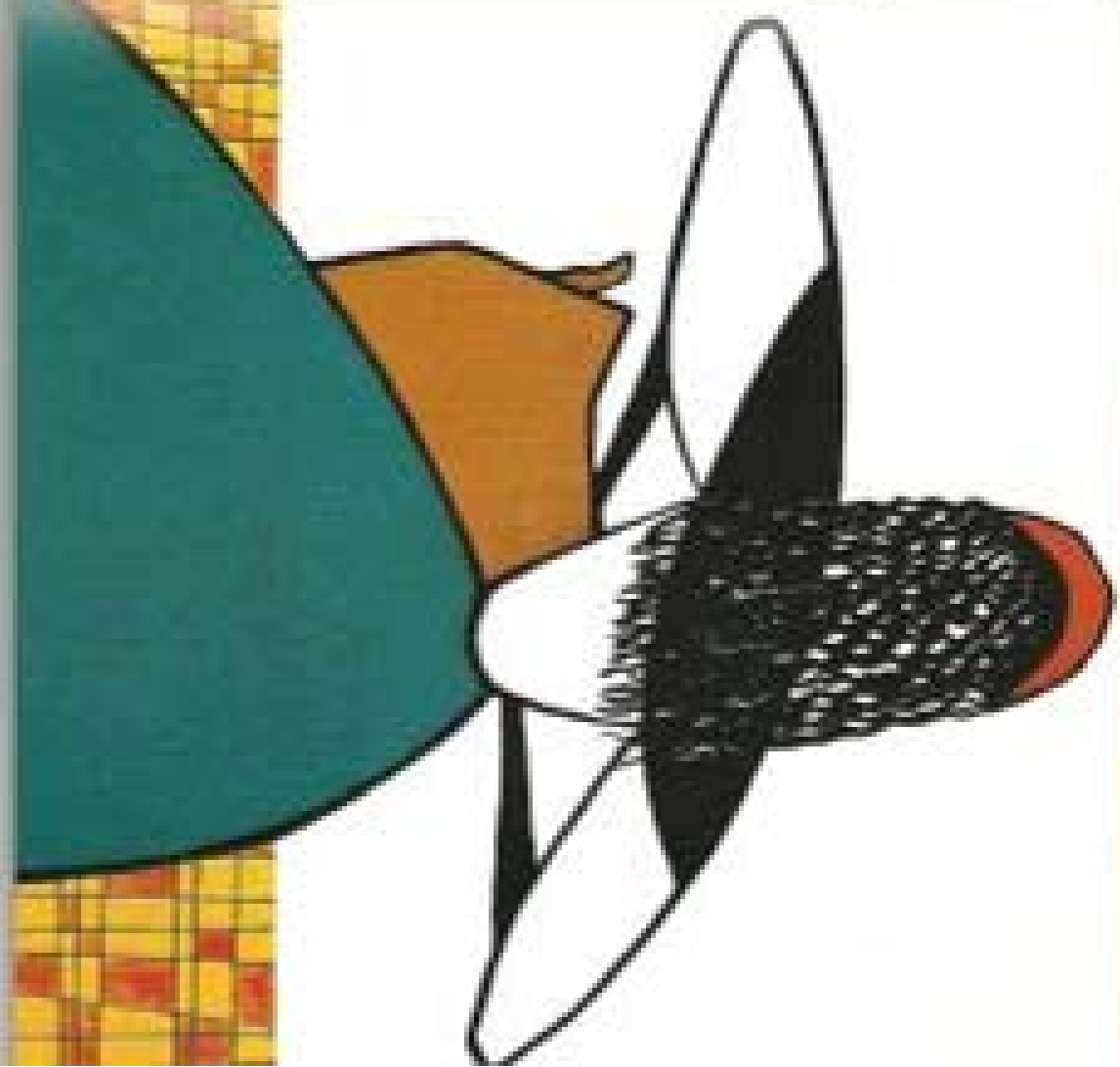
FEIJOADA



Nos tempos da escravidão
quando a mesa era posta
com primor e dor
a negra escrava cozinheira
encontrava na cozinha
uma forma de libertação



Misturava na panela a sua história
com a história do seu dono



Estes brasileiros os seus senhores
Pront' negros de suas mãos
Foram olidos que ajudaram
a criar com seus segredos africanos
nossa chibassa comida brasileira

E foi mais ou menos desse jeito
nossa mistura tão gostosa de cultura
que a Felpada nasceu



É por isso que até hoje
quem prova de uma feijada
fica alegre de repente.
É que cada um encontra nela
o sabor de sua gente.



FEIJOADA

- Dizem que a feijoada foi criada pelos escravos, porque os senhores não comiam os "restos" do porco. Isso é uma lenda. Os escravos comiam feijão com tubá ou farinha de mandioca. Às vezes ganhavam um pedacinho de carne-seca ou toucinho. Os africanos não gostavam de cozinhar alimentos misturados. Os portugueses é que sempre gostaram muito do cozido de feijões com miúdos de porco. Comiam esse cozido com arroz e couve. As escravas aprenderam a fazer feijoada cozinhando para os portugueses. Mas elas fizeram mudanças. Trocaram a fava e o feijão-branco da Europa por feijão-mulatinho e preto do Brasil. Juntaram temperos novos. Substituíram o fardo e o laranjeiro. E assim nasceu o cozido de restos da cozinha brasileira.