



## HÁBITOS ALIMENTARES: REGIÃO CENTRO-OESTE DO BRASIL

<sup>1</sup>Jéssica dos Anjos Fernandes, <sup>1</sup>Josiane Rios Figueira, <sup>1</sup>Nathália Mello Vieira <sup>2</sup>Mônica de los Santos Palomino

A história alimentar mostra origens, civilidade, comportamentos e culturas. A essência da gastronomia remete mudanças, temporalidade e o passado demonstrado como um processo contínuo da visão sobre as transformações que se mantém e o que acontece eventualmente. Quando se estuda a cultura popular do Brasil, uma das principais questões é descobrir de onde surgiram esses saberes e sua relação com as múltiplas influências que formaram a cultura brasileira. A região centro-oeste é formada pelos estados de Goiás, Mato Grosso, Mato Grosso do Sul e Distrito Federal. Sua culinária é influenciada pela pecuária (uma das principais atividades econômicas do território), ciclos migratórios e indígenas. O objetivo do presente artigo foi explorar os hábitos alimentares da região Centro-Oeste do Brasil. Foi realizada uma pesquisa bibliográfica com o intuito de averiguar os hábitos alimentares desta região. Os ciclos de imigração também trouxeram a culinária africana, portuguesa, italiana e síria. Lembrando ainda as referências e traços de pratos indígenas, como o uso da mandioca e outras raízes. O Mato Grosso do Sul, no entanto, sofreu forte influência da culinária latino-americana, sobretudo nos ensopados de peixe. Devido à diversidade da fauna pantaneira, carnes exóticas e peixes típicos da região, como o Pacu, o Pintado e o Dourado também fazem parte do cardápio local. Por sua vez, os bandeirantes trouxeram para o estado de Goiás comidas típicas de outras regiões, como feijão-tropeiro, carne-seca, toucinho, e o arroz de carreteiro. Outros pratos típicos de Goiás são: Arroz com Pequi, Guariroba, Peixe Assado com Creme de Côco, e Empadão Recheado com Frango. As receitas tradicionais do Mato Grosso são relativamente simples, com um preparo rápido, utilizando carne e peixe como ingrediente principal. Um dos pratos mais conhecidos é o Mojica, feito com Pintado. Outros peixes bastante consumidos são o Pacu, Pacupeba, Piraputanga, Dourado e Piabucu. No Distrito Federal, onde está localizada Brasília, encontram-se comidas típicas de várias regiões como: Pato no Tucupi, Feijoada, Churrasco, Galinha ao Molho Pardo, enfim, além da influência estrangeira, há uma mistura da culinária brasileira. Mediante o exposto, fica evidente a diversidade dos hábitos alimentares na região centro-oeste do país. Vale ressaltar a forte influência dos países latino-americanos, os quais contribuíram para o desenvolvimento de uma culinária farta e cheia de sabores.

<sup>1</sup>Discentes do Curso de Nutrição da Urcamp

<sup>2</sup>Prof<sup>a</sup> Doutora do Curso de Nutrição da Urcamp

**Palavra chaves:** hábitos alimentos; região centro-oeste; cultura.