

UNIVERSIDADE DO VALE DO RIO DOS SINOS - UNISINOS
UNIDADE ACADÊMICA DE GRADUAÇÃO
CURSO DE GASTRONOMIA

BRUNA DEMARCHI

TURQUIA
Da Europa à Ásia

SÃO LEOPOLDO
2016

Bruna Demarchi

TURQUIA

Da Europa à Ásia

Trabalho apresentado para a disciplina Técnicas Gastronômicas Orientais, pelo Curso de Gastronomia da Universidade do Vale do Rio dos Sinos – UNISINOS, ministrada pela professora Flávia da Silveira.

São Leopoldo

2016

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	3
2 LOCALIZAÇÃO E TERRITÓRIO	4
3 RELIGIÃO PRATICADA	5
4 CULINÁRIA.....	6
4.1 Limitações religiosas com relação aos ingredientes	6
4.2 Principais ingredientes e pratos da Turquia.....	7
4.2.1 PRINCIPAIS INGREDIENTES	7
4.2.2 PRINCIPAIS PRATOS	8
5 TURISMO.....	10
6 CONCLUSÃO	11
REFERÊNCIAS.....	12

1 INTRODUÇÃO

A Turquia é um país milenar, que teve seu início durante o Império Bizantino, por volta do século IV, com a capital Constantinopla, onde hoje é Istambul. O Império deixou várias heranças na cultura e nos costumes do país, assim como na culinária da Turquia.

Porém, esses conhecimentos são muitas vezes confundidos com os costumes árabes ou gregos, que são vizinhos da Turquia e apresentam comportamentos parecidos, sendo muitas vezes difícil dizer de qual país é tal costume ou até mesmo a origem de alguma comida.

Com este trabalho, pretende-se conhecer mais sobre a culinária, a religião praticada e as limitações religiosas com relação a alimentação, bem como os principais ingredientes e pratos típicos, o território e os pontos turísticos principais da Turquia e do povo turco.

2 LOCALIZAÇÃO E TERRITÓRIO

A República da Turquia, conhecida apenas como Turquia, é um país que está situado na Eurásia, ou seja, apresenta uma parte de seu território no continente Europeu e a outra parte no continente Asiático.

A cidade de Istambul fica bem na divisa entre os dois continentes da Eurásia, portanto uma parte da cidade é asiática e outra é europeia, sendo a única cidade com tal situação geográfica no mundo. É a cidade mais populosa do país, antigamente chamada de Constantinopla, capital do antigo Império Otomano, que deu origem ao país turco.

A cidade é ligada pelo Estreito de Bósforo, uma extensa ponte com mais de 1,5km de extensão e que, além de interligar os dois lados da cidade, liga o Mar Mármara ao Mar Negro. A Ponte do Bósforo é mundialmente conhecida e é um dos principais cartões postais da Turquia.

A capital da Turquia é Ankara (Ancara), localizada na região central do país. É uma cidade importante comercial e industrialmente, e tem se desenvolvido bastante ultimamente, principalmente por ser considerada como centro de comércio para a zona agrícola da região da Anatólia, além de ser um polo de ensino superior e abrigar diversas universidades.

Outra cidade importante do país turco é a Capadócia, localizada na região central da Anatólia e que reúne uma grande parte da riqueza histórica da Turquia. A cidade, devido a sua situação geográfica, tornou-se uma encruzilhada de rotas comerciais importantes ao longo dos séculos passados e, por isso, alvo de contínuas invasões, o que explica suas centenas de cavernas subterrâneas.

Essas cidades, juntamente com as demais inúmeras cidades do país, tornam a Turquia um destino fascinante, misturando uma enorme diversidade de cores, sabores, arquiteturas, culturas, gastronomias e muitas histórias, passadas de uma geração para outra.

3 RELIGIÃO PRATICADA

Na Turquia, a maioria da população, cerca de 99% dos habitantes, é muçulmana, e segue o islamismo. Para os muçulmanos, há cinco momentos sagrados em que são realizadas as cinco orações diárias, que variam de acordo com a posição do sol. É comum estar caminhando pelas ruas e ouvir um som tocando pela cidade, saindo dos megafones instalados nas mesquitas, parecido com uma música, e que convida os fiéis para a oração.

Quando as orações começam, nenhum turista pode entrar nas mesquitas, e as mulheres muçulmanas também costumam esperar do lado de fora até as orações terminarem. Por ser um país predominantemente muçulmano, em vários locais é preciso que as turistas mulheres cubram os ombros e a cabeça com lenços, além de usarem vestidos longos, assim como as muçulmanas.

A principal mesquita da Turquia é a Mesquita Azul, conhecida também como a mesquita do Sultão Ahmed, e que tem esse nome devido aos milhares de azulejos azuis do interior da mesquita, que apresentam mais de 50 tipos de tulipas diferentes. Além disso, é a única mesquita turca que apresenta 6 minaretes (torres).

Na região da Capadócia é comum encontrar cidades, igrejas e mosteiros subterrâneos, habitados antigamente por cristãos perseguidos. Rochas escavadas abrigam algumas das mais antigas construções da região, como, por exemplo, o Mosteiro de São João Batista e a enorme Basílica do Imperador Focas.

Segundo histórias contadas por gerações, foi na Turquia que São Paulo começou a difundir o cristianismo, enquanto São João escrevia o Evangelho e a Virgem Maria morava no monte Koresos. Hoje, a Casa da Virgem Maria é um santuário católico e muçulmano, próximo da cidade de Éfeso e que atrai diversos peregrinos do mundo todo.

4 CULINÁRIA

A comida turca é parecida com a comida árabe, mais conhecida e difundida no Brasil, e ambos os territórios, assim como o território grego, fizeram parte do antigo Império Bizantino, que habitou a região e durou cerca de 600 anos, absorvendo muitas características similares em seus costumes e hábitos culinários.

A culinária turca, assim como a chinesa e, posteriormente a francesa, é considerada uma das mais antigas e ricas do mundo. Ela apresenta fortes influências islâmicas em sua composição, visto que quase 100% da população turca é muçulmana, mas também apresenta influências do antigo Império Otomano, adicionando à culinária turca uma enorme variedade de aromas e sabores, capaz de abrir o apetite de qualquer pessoa.

Para os turcos, as refeições devem ser degustadas bem devagar, pois para eles, sentar-se à mesa e comer é quase um ritual, sendo comum marcar reuniões e encontros nos horários das refeições para que os mesmos sejam mais demorados.

Os pratos são uma mistura de ingredientes básicos da culinária mediterrânea com elementos de outras cozinhas próximas, como a grega e a árabe, usando várias especiarias em suas preparações, mas de modo que a comida não fique extremamente picante, como a tailandesa ou indiana, por exemplo.

A Turquia está entre o Oriente e o Mediterrâneo, fato que influenciou bastante a formação da cozinha turca, pois ela teve acesso as histórias e migrações entre a Ásia Central – onde houve a mistura dos turcos com os chineses – e a Europa – onde os turcos conquistaram até o território hoje de Viena, absorvendo diversas culturas e costumes. Além disso, a Turquia exercia um forte controle sobre as rotas das especiarias, fato que refletiu imensamente no crescimento cultural e culinário do País.

4.1 Limitações religiosas com relação aos ingredientes

Um trecho do livro de Paul Freedman, *“A História do Sabor”* (p. 135), revela que

“Em várias passagens do Alcorão [...] Alá ordena aos muçulmanos que ‘comam as coisas boas que Nós lhes fornecemos’ e os proíbe de consumir o que é ilegal, mais especificamente carniça, sangue, porco, animais abatidos de modo impróprio, bebidas intoxicantes e qualquer coisa dedicada em adoração a outro que não Alá”.

Com o passar do tempo, e com novas descobertas e países conquistados, assim como as novas práticas mais sofisticadas que começaram a serem adotadas na culinária islâmica, alguns ingredientes foram adicionados à lista de proibidos, como “animais carnívoros, aves de rapina, alguns moluscos, a maioria dos insetos e répteis e ‘animais com presas’” (FREEDMAN 2009, p. 135).

Em resumo, os muçulmanos procuram seguir os hábitos alimentares descritos no livro sagrado – Alcorão – e os hábitos alimentares praticados por Maomé, priorizando os grãos, o leite, a carne – que, segundo Maomé, “é o alimento mais nobre das pessoas deste mundo e do Paraíso” (2009, p. 136), sendo o seu consumo quase uma obrigação religiosa para os muçulmanos –, tâmaras e frutas preparadas de forma simples, como figos e nozes cortados, por exemplo.

Os muçulmanos realizam, no nono mês do calendário islâmico, o ramadã, que é um jejum realizado durante o dia, do nascer ao pôr do sol, durante os trinta dias do mês.

4.2 Principais ingredientes e pratos da Turquia

4.2.1 PRINCIPAIS INGREDIENTES

“Grãos, leite, mel, vegetais, frutas, nozes, quadrupedes corretamente abatidos, peixe, aves e carne de caça fresca eram [...] apropriados para uma refeição muçulmana e amplamente usados pelos cozinheiros muçulmanos. ” (FREEDMAN 2009, p. 135).

Além dos alimentos descritos por Freedman, entram na lista dos principais ingredientes turcos a berinjela, iogurte natural e pepino – ingredientes frequentemente usados na elaboração dos pratos –, o pão – seja o lavash, o pita ou algum outro pão turco, que está sempre presente durante as refeições, sendo considerado um alimento-base no país –, as ervas e temperos como a canela, a páprica, a hortelã e o cravo, além da carne de cordeiro, de arroz, pimentões e grão de bico.

“Uma característica importante da cozinha dessas terras [do Oriente Médio] é que todos os ingredientes de um prato são habitualmente cozidos juntos. O sabor de um se confunde com o do outro.” (JÚLIA; CÉLIA, p. 163)

A Turquia é um dos principais produtores de figo do mundo, plantados principalmente no sudoeste do país, na província de Aydin, onde são destinados para a produção de figo seco. Os figos muito doces e maduros, que caem durante a noite, são colhidos nos primeiros sinais do amanhecer do dia e estendidos sobre lonas e estruturas de madeira, ainda na plantação, para que possam secar ao sol do Mediterrâneo.

A fruta é colhida do final de agosto até setembro, e no final da temporada são celebrados, em diversas cidades, festivais para celebrar a safra do figo, que além de movimentar a economia da região e ser usada em diversos doces e preparações, é considerada uma fruta sagrada pelo povo turco.

Além disso, a Turquia é o grande produtor de damasco, sendo que cerca de 80% do damasco produzido no mundo é da Turquia.

4.2.2 PRINCIPAIS PRATOS

Na Turquia, os aperitivos são chamados de mezes, sendo normalmente servida uma pequena porção de sopa, bolinho de legumes, iogurte, berinjela ou pimentão, pide (espécie de pizza comprida) e pão pita para beliscar enquanto os pratos não são servidos.

Existem alguns pratos que são típicos da Turquia, como dólma, kebab e suas variações e as köfte, principalmente.

Dólmãs são legumes, como tomates, pimentões, berinjelas ou abobrinhas, recheados com arroz, pinos, passas ou outro recheio e cozidos ou assados.

Kebab, ou kebab em turco, é um dos pratos símbolos da Turquia. São pedaços de carne de carneiro, frango ou vitela, sobrepostos em um espeto e grelhados, preferencialmente, no carvão. Conforme o pedido dos clientes, essa carne é finamente fatiada e servida no pão ou no prato. Existem vários tipos de kebab, que alteram a carne ou a forma de cozinhar e de servir. Uma dessas variações é o Testi Kebab, um tipo de ensopado de carne cozido dentro de um pote de cerâmica, que é quebrado na mesa dos clientes na hora de ser servido.

Köfte são almôndegas de carne picada de borrego ou vitela, grelhadas e servidas durante as refeições, acompanhadas de algum molho e de pão pita.

Quanto aos doces, a Turquia é famosa pela infinidade de doces que apresenta. Os doces turcos apresentam fortes influências árabes, feitos principalmente à base de mel, frutas e massa folhada, geralmente muito doces. Os principais doces turcos são Lokum, Baklava e Dondurma.

Lokum é o doce mais famoso da Turquia, conhecido como delícia turca ou manjar turco. Ele é elaborado principalmente com amido e açúcar e polvilhado no açúcar de confeitiro, além de poder ser recheado com frutas ou frutos secos, variando seus sabores entre pistaches, damascos, amêndoas, nozes, mel, entre outros.

Baklava é um doce feito com massa folhada, ou massa filo, normalmente recheado com nozes, pistaches e castanhas, entre outros sabores, e é coberto por uma calda de açúcar ou mel.

Dondurma é um sorvete feito com leite de cabra, frequentemente coberto com pistaches, e que é considerado uma atração turística pelo modo como é feito.

Além dos pratos salgados e doces, ainda são típicos da Turquia o çay, um chá preto que é bebido em qualquer hora do dia e em qualquer lugar, e o café turco, que é feito com um café moído muito fino fervido em uma panelinha de cobre ou latão, conhecida como cezve, e servido em pequenos copos ou xícaras de porcelana. Ao final do café, a tradição pede para que se vire a xícara de cabeça para baixo, para que se possa ler a sorte na borra de café.

5 TURISMO

A Turquia é um país grande, que junta a diversidade de habitantes com os costumes rígidos muçulmanos. Toda essa mistura torna o país muito rico cultural e turisticamente, sendo o destino principal de várias pessoas durante o ano todo.

Istambul não é a capital do país, mas é uma das principais cidades que movimentam a economia da Turquia. Ela apresenta encantos tanto na parte asiática como na europeia, atraindo milhares de turistas.

A cidade abriga diversos palácios e mesquitas, como a Mesquita Azul e a Mesquita de Santa Sofia (que foi construída originalmente para ser igreja, depois virou mesquita e agora é um museu). Além disso, em Istambul existem alguns bazares famosos, que são os principais destinos de quem visita à cidade, por que vendem um pouco de tudo, como o Grand Bazaar (possui mais de 4 mil lojas e mais de 500 anos) e o Bazar das Especiarias (com pouco mais de 300 anos). Há um costume turco durante as visitas a bazares e lojas locais, que é pechinchar. Pechinchar o preço dos produtos é considerada uma arte há séculos e os turcos adoram fazer isso.

Istambul possui ainda a Ponte do Bósforo, que liga as duas partes da cidade e atrai muitos turistas, assim como a Cisterna da Basílica, rica em túneis e galerias que durante o império bizantino armazenavam a água que abastecia a cidade. Hoje a Cisterna possui passarelas para que os visitantes possam conhece-la.

A região da Capadócia encanta os turistas pelo relevo que possui. É na região que existem dezenas de vilarejos com igrejas, casas e hotéis escavados nas rochas. Na região, são famosos também os passeios de balão pelos vales da capadócia, que revelam imagens incríveis e memórias inesquecíveis.

Éfeso também é uma das cidades mais visitadas, pois é na cidade que existem as ruínas do Templo de Artemis, que foi considerada uma das 7 maravilhas do mundo antigo, além de ser na cidade que está localizada a casa da Virgem Maria, lugar onde acredita-se que Maria tenha morado depois da morte de Jesus Cristo até os últimos dias de sua vida.

6 CONCLUSÃO

Ao concluir a pesquisa sobre a Turquia, percebe-se a grande riqueza cultural que o país possui e que não é muito conhecida e divulgada pelo mundo.

A predominância muçulmana dita os principais costumes e modos de viver e cozinhar dos turcos, e pode-se dizer também que os muçulmanos ditam o modo de agir dos turistas que visitam a região, uma vez que todos precisam seguir as orientações muçulmanas para visitar mesquitas e casas turcas, por exemplo.

Quanto a culinária turca, como já dito, ela é considerada uma das mais antigas e ricas do mundo, influenciada predominantemente pelo Império Bizantino e pelas leis do Alcorão, leis que os muçulmanos procuram seguir à risca.

Portanto, pode-se concluir que este trabalho foi fundamental para a busca de novos conhecimentos relacionados à Turquia, conhecimentos estes que serão fundamentais para elaborações futuras de pratos e de artigos sobre o país turco.

REFERÊNCIAS

CAMARGO-MORO, Fernanda de. **A ponte das turquesas**: Bizâncio, Constantinopla e Istambul. Rio de Janeiro: Record, 2005.

CARVALHO, Rafael. **Bazar de especiarias**: um programa saboroso e imperdível em Istambul. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2012/07/24/bazar-de-especiarias-um-programa-saboroso-e-imperdivel-em-istambul/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Cisterna da basílica**: o subterrâneo cheio de história de Istambul. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2012/10/10/cisterna-da-basilica-istambul/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Comida típica da Turquia**: motivos de sobra pra ganhar uns quilinhos. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2013/06/28/comida-tipica-da-turquia/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Mesquita azul, o cartão postal que é símbolo de Istambul**. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2012/10/06/mesquita-azul-istambul/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Ortaköy**: o charmoso bairro de istambul sob a ponte do bósforo. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2013/01/15/ortakoy-e-ponte-do-bosforo/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Os corredores sem fim e a maior das artes turcas no Grand Bazaar**: a pechincha. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2012/07/17/os-corredores-sem-fim-e-a-maior-das-artes-turcas-no-grand-bazaar-a-pechincha/>. Acesso em 09 maio 2016.

_____. **Um pé na Europa e outro na Ásia**: como curtir o lado asiático de Istambul. Disponível em: <http://essemundoenosso.com.br/2012/07/05/um-pe-na-europa-e-outro-na-asia-como-curtir-o-lado-asiatico-de-istambul/>. Acesso em 09 maio 2016.

Casa da Virgem Maria. Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/Casa_da_Virgem_Maria. Acesso em 17 maio 2016.

CHAMMA, Luiza. **Livro Os Temperos da Cozinha Turca**. Disponível em: <http://luizachamma.com/Livro-Os-Temperos-da-Cozinha-Turca>. Acesso em: 05 maio 2016.

Comida na Turquia: do kebab aos doces coloridos... Vale a pena experimentar! Disponível em: <http://www.flashesdeviagem.com.br/2013/03/comida-na-turquia-do-kebab-aos-doces.html>. Acesso em 09 maio 2016.

Cozinha turca. Disponível em: <https://www.estambul.es/gastronomia>. Acesso em 09 maio 2016.

Culinária turca. Disponível em: <http://www.business-with-turkey.com/guia-turismo/cozinha.shtml>. Acesso em 09 maio 2016.

FREEDMAN, Paul H. (Org.). **A história do sabor**. São Paulo: Ed. SENAC São Paulo, 2009.

FREITAS, Eduardo de. **Turquia**. Disponível em:
<http://brasilescola.uol.com.br/geografia/turquia.htm>. Acesso em 17 maio 2016.

JÚLIA, Maria; CÉLIA, Regina. **Cozinha do mundo**. Pratos típicos de trinta e nove países. Rio de Janeiro: Gráfica O Cruzeiro S.A., 1964.

KIME, Tom. **Comidinhas de Rua**. Deliciosas receitas com os sabores mais autênticos do mundo. 2ª ed. São Paulo: Publifolha, 2009.

MENEZES, Sebastiana. **Turquia: Istambul Ankara e Capadócia**. Disponível em:
<http://viagensdesonho.valeverdeturismo.com.br/turquia-istambul-ankara-e-capadocia.html>. Acesso em: 01 maio 2016.

NATIONAL GEOGRAPHIC SOCIETY. **Viagens gastronômicas: 500 lugares extraordinários para comer no mundo todo**. 2. ed. São Paulo: Abril, 2010.

PRUDENTE, Carmen Annes Dias. **Perambulando pela Turquia e pela Grécia**. Rio de Janeiro: Livraria José Olympio Editora, 1961.

SANTIAGO, Emerson. **Turquia**. Disponível em:
<http://www.infoescola.com/europa/turquia/>. Acesso em 17 maio 2016.

SARANTOPOULOS, Luana. **Lua de Mel em Istambul**. Disponível em:
<https://lulunopaisdasmravilhas.com/tag/curiosidades-da-turquia/>. Acesso em: 01 maio 2016.

Sobre a cozinha turca. Disponível em:
<http://cozinhaturca.blogspot.com.br/2007/09/sobre-cozinha-turca.html>. Acesso em 09 maio 2016.

Temperos e sabores da Turquia. Disponível em:
<http://www.editoraaddresses.com.br/cozinha-turca/>. Acesso em: 01 maio 2016.

TURQUIA, Voz da. **Culinária de “Salve Jorge” foi parar em livro**. Disponível em:
<http://cdn.revistadonna.clicrbs.com.br/wp-content/uploads/2015/06/00af2d9b.jpg>. Acesso em: 01 maio 2016.