

# FORNO DE MESA

Telma Barrelas

2013



Por intenção do autor, este documento foi escrito de acordo com a antiga ortografia

O projecto Forno de Mesa, propõe-se a rever a sazonalidade e as estratégias tradicionais alentejanas de preparação e conservação de alimentos, procurando aplicá-las em produtos que respondam a necessidades contemporâneas.

A forma como cuidamos de nós próprios é por vezes tão automatizada, no ritmo acelerado em que vivemos, que o momento das refeições diárias passa somente pela “ingestão de alimentos”, uma situação funcional, na qual colocamos, dentro do nosso corpo alimentos que não conhecemos, não sabemos de onde vêm, nem como são confeccionados. Esquecemo-nos de coisas como os aromas da degustação e preparação de alimentos sazonais. A produção intensiva de alimentos cria uma monotonia de paladares que nos vai habituando a uma falta de diversidade naquilo que ingerimos.

Partindo destes pressupostos procurou-se, neste projecto, promover a cultura do tempo e dos sabores reais, tempo para desfrutar de cada sabor a seu tempo, vindo do local certo, de um local que conhecemos. A contemplação unida ao prazer de uma boa refeição, preparada segundo rituais endógenos e partilhada com aqueles que mais gostamos.

É com os olhos postos no “modo de ser” e no património alentejano, que procuramos soluções para estas pausas de fruição. Identificando na história do Alentejo (na sua cultura imaterial, tradições, formas de viver, modos de relacionamento, e gastronomia) uma diversidade de acções e contextos que nos permitem treinar a nossa habilidade de fruir e degustar. O vínculo emocional dos alentejanos com a terra, o aproveitamento de um variadíssimo tipo de alimentos selvagens, bem como a própria planície, a calma e a partilha de experiências, saberes e bens, oferecem-nos soluções para a criação de momentos memoráveis.

Este projecto desenvolveu-se no sentido de criar um conjunto de objectos que funcionem como motor para a criação de momentos de partilha e contemplação em torno da mesa.

### Palavras Chave:

Alentejo, degustação, design alimentar, sazonalidade, património.

---

## ABSTRACT

---

The Forno de Mesa project proposes itself to revisit the seasonality and the Alentejo's traditional strategies of preparing and preserving food, while trying to apply them in products that respond to more contemporary needs. The way we look after ourselves is sometimes so automate in the accelerated rhythm of our everyday life, that the time for the daily meals it's just a matter of 'absorption of food', a functional situation in which we put sustenance of unknown origin and making, inside our body. We forget simple things like the flavours of making and preparing seasonal food. The intensive production of food creates dullness on the palate that leads us to a lack of diversity in what we ingest.

Working on that assumption, this project searches to promote the culture of time and real flavours, the time to enjoy each flavour in its own time and from a source we recognise. The contemplation combined with the pleasure of a good meal, prepared according to endogenous rituals and shared with those we care most.

We set our goals in the 'way of living' and Alentejo heritage searching for solutions to these fruition breaks, identifying in the history of Alentejo (in its immaterial culture, traditions, ways of living, relating modes and gastronomy) a diversity of action and context that allows us to practice our ability to enjoy and to taste. The emotional link of the habitants of Alentejo with their land, the use of an extremely vast type of wild food products, as well as their own plains, the quietness and the sharing of experiences, knowledge and goods, gives us solutions for creating unforgettable moments.

This project developed in the sense of creating a set of objects that work as an engine for creating moments of sharing and contemplation around a table.

### Key-words:

Alentejo, tasting, food design, seasonality, heritage.

## Introdução

Objectivos do projecto ..... p.8

## Fundamentação | estado da arte

A relação do sujeito com a alimentação ..... p.10

Cultura imaterial e gastronómica alentejana ..... p.11

Consumo de alimentos endógenos como factor de sustentabilidade ..... p.12

The new deal - Novas formas de consumo ..... p.13

Hygge ..... p.14

Food design ..... p.16

## Projectos de referência

Kinfolk magazine ..... p. 19

Cooking applications by Casper Tolhuisen ..... p. 21

Chulha by Philips design ..... p. 22

Weltevrete ..... p. 23

Outstanding in the field ..... p. 25

Autarchy | Formafantasma ..... p. 26

Eat love Budapeste | Marije Vogelzang ..... p. 28

## Desenvolvimento de projecto

Alentejanidade como estilo de vida ..... p. 30

Metodologia ..... p. 31

Momentos de partilha gastronómica no Alentejo ..... p. 33

A sazonalidade na escolha dos alimentos ..... p. 35

Açorda de Bolso ..... p. 36

Forno de Mesa ..... p. 40

Sopa da Panela ..... p. 53

Rede de Secagem ..... p. 56

Tigela de Fermentação ..... p. 58

Pães de Estação ..... p. 61

Momento de teste ..... p. 63

## Conclusões

Conclusões finais ..... p. 75

Desenvolvimentos futuros ..... p. 76

Bibliografia ..... p. 77

Índice de imagens ..... p. 79



# INTRODUÇÃO

## OBJECTIVOS DO PROJECTO

Um estudo do Instituto de Planeamento e Desenvolvimento do Turismo revela que *“o vinho e gastronomia alentejana são os produtos que mais atraem turistas ao Baixo Alentejo”*. O mesmo estudo aponta *“a criação de lojas turísticas e «vine-spas» como forma de rentabilização do potencial turístico da região.”* (IPDT, 2007)

O património gastronómico e imaterial alentejano é extremamente vasto e recheado de características singulares. No que diz respeito ao relacionamento com a sua tradição e gastronomia, os alentejanos trazem do passado um legado que caracteriza o modo como vivem, ainda hoje, o seu dia-a-dia.



Imagem 02 | Sopas de Beldroegas

*“E porque ervas e cbeiros foram bens que a mãe natureza nunca lhe negou, o alentejano aprendeu a usar produtos simples e pobres na feitura de pratos onde o gosto e o prazer de comer constituem um acto cultural cada vez mais divulgado e reconhecido. Como figura grande na Geografia Humana, o Prof. Orlando Ribeiro, meu mestre, reconhecendo esta procura de prazer, numa terra pobre, escreveu, em 1987 «comer foi, acima de tudo, encher a barriga e iludir a sensação de fome» e a fome, como todos sabemos, aguça o engenho.”* (Carvalho, 2013)

Por ter sido durante um grande período de tempo, se não sempre, uma zona com graves problemas económicos, no Alentejo existe um engenho e uma forma de resolver problemas característicos. Fazendo mais com menos, utiliza-se a simplicidade, a cooperação e os recursos locais para resolver os desafios diários. Ao observarmos esta cultura local podemos concluir que as características alentejanas, se devidamente aplicadas, podem criar soluções adaptadas às necessidades contemporâneas.

A gastronomia alentejana tem nela impregnada uma grande parte do saber, experiência e património imaterial desta zona do país; os actos de cozinhar e de comer estão estreitamente ligados à comunicação e relacionamento entre indivíduos, com momentos de lazer e partilha.

*“Numa arte de cozinhar que recebeu aromas e sabores trazidos, entre outros, pelos ocupantes romano e visigótico e, depois, pelo invasor muçulmano, a cozinha do Alentejo, a par dos seus cantares, é uma expressão cultural bem conhecida e devidamente apreciada. O povo que resultou desta mistura e que aqui se fixou, descobriu e aperfeiçoou, ao longo de gerações, aromas e sabores que foram transformando o simples acto fisiológico de qualquer animal, que é a ingestão de alimentos, num outro marcado pelo prazer, quer o dos sentidos, quer o da convivência.”* (Carvalho, 2013)

Considerou-se como desafio a criação de um conjunto de produtos alimentares e não alimentares, ainda que ligados à preparação e fruição de alimentos, que transportem em si e comuniquem estes valores, dando a conhecer costumes e tradições pela via da identidade alimentar.

É também de grande importância que este projecto contribua para promover uma cultura do tempo, da proximidade entre as pessoas e dos sabores reais.

### A relação do sujeito com a alimentação

Na sociedade contemporânea, a alimentação está longe de ser apenas uma forma de nutrir o corpo perante as necessidades de sobrevivência. Está também directamente ligada a factores históricos, patrimoniais, familiares e sociais.

Existe um papel de destaque da alimentação na vida de cada pessoa, uma vez que aprendemos desde a infância, que a comida - e o acto de comer - não serve apenas para nos nutrir e dar energia. Serve também para nos aproximar de quem gostamos, para comemorar e para acarinhar.

No nosso primeiro contacto com o alimento - durante a amamentação - recebemos, para além da nutrição, o calor, o cheiro, o toque, a voz e o carinho de mãe, o que cria desde esse momento uma associação do alimento com o conforto.

Ao longo da nossa existência, a relação com o alimento continua repleta de sentimentos, com isso, a comida vai ganhando um significado emocional nas nossas vidas. Na maioria das famílias, as comemorações acontecem em torno da mesa, o que confere à comida uma conotação e um valor comemorativo muito representativo da relação entre o ser humano e os alimentos.

Contudo, na agitação diária das sociedades contemporâneas esta relação sentimental com a alimentação fica frequentemente dissolvida pela necessidade de que as refeições sejam preparadas e ingeridas de uma forma rápida. Esta necessidade faz com que o consumidor recorra muitas vezes a cadeias de fast food ou a refeições pré cozinhadas e congeladas, adquiridas em grandes superfícies comerciais. A aquisição dos bens alimentares nestas grandes superfícies, induz também o consumidor a um estado de alienação, quer relativamente à sazonalidade dos alimentos, quer à sua proveniência, uma vez que lhe são colocados à disposição os mesmos alimentos durante todo o ano, quer sejam produzidos a poucos quilómetros do local onde os adquire, ou a milhares de quilómetros de distância.

## Cultura imaterial e gastronómica alentejana

Para conhecer o Alentejo, devemos visitá-lo em todas as estações. A paisagem vai-se alterando com o seu decorrer e as actividades rurais sazonais vão acontecendo cada uma a seu tempo. Em Setembro, acontece a vindima e o fabrico do vinho. Em Outubro, os tons dos campos mudam e acontece a apanha do marmelo e a produção da marmelada, altura em que se pode desfrutar do sol do “Verão dos marmelos”.

Em Novembro prova-se o vinho novo, no São Martinho e nesta altura normalmente voltam a acontecer alguns dias de sol quente.

Entre Novembro e Janeiro é altura da apanha da azeitona e produção do azeite. Na Primavera, os campos ficam povoados por centenas de flores e plantas silvestres comestíveis. A apanha dos espargos e túberas tornam os campos num local de busca por estas iguarias. E quando chega o Verão é a época da apanha de frutas e legumes frescos, melancia, melão, pepino, e a utilização do tomate nos famosos gaspachos alentejanos e tomatadas, bem como das beldroegas em sopas. Nesta altura os tons de amarelo e dourado tomam conta dos campos, é também a altura da apanha dos cereais, que em tempos foi feita à mão por homens e mulheres, debaixo do sol quente alentejano, tempos que ainda se descrevem nos cantares alentejanos.

Em cada uma destas alturas os alimentos e as receitas utilizadas são distintas, vão-se alterando ao sabor da sazonalidade.

*“Na altura da monda, quando as searas de trigo ainda eram vastas e mondadas à mão por grandes ranchos de mulheres que, de sacbo na mão e costas dobradas, arrancavam as ervas daninhas que competiam com o trigo, roubando-lhe a água e as seivas da terra. Essas ervas, carrasquinhas e catacuzes sobretudo, e poejos nas zonas mais húmidas, eram cozinhadas com imaginação e serviam de base à alimentação durante essa época do ano – carrasquinhas simplesmente cozidas e temperadas com azeite e vinagre, sopa de feijão manteiga com carrasquinhas e catacuzes perfumada com poejos, esparregado de catacuzes, migas e sopa fervida com poejos, a omnipresente açorda de alho, sem esquecer o licor de poejos.”*(Goes, 2013)

A habilidade de cozinhar pratos com muito sabor, com os alimentos que se encontram nos campos, é uma das características mais vincadas da cultura gastronómica alentejana, podem-se verificar ainda hoje traços desta cultura.

*“Perfeito conbecedor deste povo a sul do grande rio ibérico, o saudoso Alfredo Saramago (2001), lembrou que, desde muito cedo, o alentejano entendeu que comer era, não só, um acto necessário e imperativo de sobrevivência, como também uma forma superior de contentamento e é por isso que, quase sempre, há cante no começo, a meio ou no fim das suas confraternizações à mesa.”* (Carvalho 2013)

No Alentejo, comer, beber e petiscar são rituais, formas de socialização, de receber amigos e convidados, de celebrar. Costuma-se dizer que, na casa de um alentejano, seja rico ou pobre, a mesa está sempre posta.

*“As famosas migas de assobio, mostra do bom humor do alentejano pobre, eram feitas com toucinho (muito pouco) cortado em quadradinhos minúsculos, muito pão, um pouco de azeite ou manteiga de cor e água a ferver. Quando os comensais tinham a sorte de encontrar um bocadinho de toucinho... davam um assobio.”* (Goes, 2013)

Nestas mesas recebem-se alimentos, para o corpo, e sobretudo para a alma. Partilham-se saberes e histórias enquanto se desfruta dos sabores reais que só o respeito pela sazonalidade nos pode oferecer.

## Consumo de alimentos endógenos como factor de sustentabilidade

*“Enquanto escrevo estas palavras, há prateleiras vazias em Caracas, protestos públicos por alimentos em Bengala Ocidental e no México e alertas de fome na Jamaica, Nepal, Filipinas e África Subsariana. Os preços globais de alimentos básicos subiram 75% desde 2000 e preços em alta de alimentos básicos forçaram alguns governos a controlar o custo do pão, milho, arroz e laticínios.”* (Thackara, 2008)

As longas distâncias percorridas pelos alimentos desde o produtor até ao consumidor são um factor de grande importância, quer no que diz respeito à sua pegada ecológica, quer na qualidade do produto no momento em que chega ao consumidor. Quanto maior é a distância que separa o ponto de partida e o ponto de chegada dos produtos, maiores se tornam as necessidades de acondicionamento, embalagem, e maior é o risco de a estes produtos serem adicionados diversos tipos de conservantes e ingredientes artificiais que lhes permite chegarem ao consumidor em bom estado e com o aspecto desejado.

A escolha de produtos endógenos, reduz de forma significativa custos e poluição relativos a deslocações e embalagem. Para além de promover o desenvolvimento das economias locais, garante ao consumidor uma melhor qualidade dos produtos que ingere. Consumir produtos locais, ao seu ritmo biológico natural, garante-nos a integridade dos alimentos que consumimos, bem como uma proximidade da natureza que nos rodeia.

Com base neste conceito a empresa italiana ToDo, comissariada pela Eataly, desenvolveu em conjunto com a associação Slow food o projecto La Ruotta delle Stagioni. Este é um projecto informativo, que pretende alertar o público para que alimentos devem consumir sazonalmente, em cada mês do ano.



Imagem 03 | “La Ruotta delle stagioni” - ToDo

## The New Deal- Novas formas de consumo

*“Personal relationship with the farmers they buy from, business models that involve working together with family or friends to get the job done, and priorities that place importance on trust: all these elements make today’s independent food stores and producers feel like modern-day mom and pop enterprises – with a quirky twist. The clever inventiveness of these businesses produces unique products that reflect the personal stories and values of their creators. Instead of one-stop shopping at megastores, customers are seeking out stores and producers who are masters of their craft, part of a sustainable chain of production, and who deliver a distinct product.” (Silus, 2011)*

A sociedade contemporânea tem vindo a apresentar, na última década, uma alteração nos seus comportamentos de consumo. Quer por influência da actual conjuntura económica, quer por influência de uma alteração dos valores de consumo, assiste-se a uma maior contenção no acto de consumir e a uma alteração de comportamento dos consumidores. Estes continuam a adquirir bens, mas fazem-no de uma forma mais responsável e ponderada.

*“A autenticidade, o contexto local, a produção local são atributos cada vez mais desejáveis nas coisas que compramos e nos serviços que utilizamos.” (Thackara, 2008)*

Segundo John Thackara (2008), o consumidor faz agora aquisições mais ponderadas, consome menos por impulso. Procura uma relação justa e verdadeira com quem lhes coloca os bens à disposição, e por vezes procura já, especialmente no que diz respeito a bens alimentares, a compra a produtores locais reduzindo assim a sua alienação relativamente à sazonalidade dos alimentos, bem como à qualidade e proveniência dos produtos que ingere.

*“Vivemos numa época notória de monotonia de paladares, onde é evidente a falta de sabor e aroma dos produtos habituais, quase sempre resultantes de modos de produção intensivos e apresentados ao consumidor sem época de produção. Como alternativa a esta realidade, as ervas aromáticas condimentares e os produtos alimentares silvestres, com a sua sazonalidade própria, são muito apreciados hoje em dia, talvez porque, repletos de sabores e de aromas, correspondem à necessidade sentida pelo consumidor de diversificar a sua alimentação e descobrir sabores diferentes. Esta procura da diversidade e do diferente, em estreita ligação com o lugar, com o território de produção alimentar, exprime uma das actuais tendências de consumo...”* (Valagão, 2010)

Esta tomada de consciência por parte do consumidor fomenta a procura de experiências sensoriais estreitamente ligadas com o território de produção dos alimentos, à sua sazonalidade e a quem os produz. Esta ligação consumidor/ produtor contribui para uma qualidade crescente dos alimentos que ingerimos e para uma re-educação do consumo alimentar.

## Hygge

*“Hygge happens when we commit to the pleasure of the present moment in its simplicity. It's there in the small rituals and gestures we undertake to give everyday life value and meaning, that comfort us, make us feel at home, rooted and generous. We all hygge – around a table for a shared meal, beside a fire on a wet night, making coffee together at work...”* (Thomsen, 2012)

A palavra hygge descreve um sentimento, uma forma de estar, que provém de obter prazer em transformar as coisas simples do dia-a-dia em momentos especiais. Refere-se a consumir apenas as coisas que amamos verdadeiramente ou que nos inspiram, a estarmos presentes nas nossas próprias vidas e nas dos que nos são mais queridos. Refere-se também a ser consciente e autêntico quer na vida particular quer na vida profissional, e fazer com que todos os eventos com a família e amigos independentemente da sua dimensão, sejam realmente importantes.

Palavras como conforto, acolhedor, segurança, família, confiança, companheirismo, simplicidade e bem estar são algumas das palavras utilizadas para

descrever a ideia hygge. Esta forma de viver é também por vezes descrita como a arte de criar intimidade, connosco próprios, com a família e amigos.

*“The answer you get is not only how they feel right now, but also how they feel about their entire life, explained Dan Buettner, who has studied happiness and longevity around the world through his Blue Zones project. Buettner said that if you mine all the databases of universities and research centers, you’ll find that the happiest place on earth is ? Denmark. Cold, dreary, unspectacular Denmark.”* (Weir and Johnson, 2007)

Apesar do conceito hygge se ter desenvolvido na Dinamarca, esta palavra tem origem na Noruega, onde o seu significado é semelhante a “bem-estar”. Apareceu pela primeira vez na língua dinamarquesa no final do século XVIII, foi desde então adoptada, e parece estar estreitamente ligada ao facto de este ser o povo mais feliz do planeta. A “filosofia” ou estilo de vida que evoca pode ser adoptada em qualquer local e a prova disso é que existem várias comunidades espalhadas pelo mundo a adoptá-la, embora umas utilizem expressões diferentes para a caracterização do seu estilo de vida. Alex Beauchamp, autora do blog <http://hyggehouse.com>, é um exemplo do hygge aplicado nos Estados Unidos da América.

Numa observação atenta ao modo de estar alentejano podemos concluir que este conceito se adapta a uma descrição do que observamos, especialmente no que toca às celebrações em torno de uma mesa, à partilha de saberes e inevitavelmente aos cantares alentejanos.

*“Naquela casa fui criada parte da minha infância, a outra com os meus pais numa quinta. Mas na cidade, em casa, na varanda pegada á taberna, eu comecei a ligar esses cantares maravilhosos, ora lentos ora mais animados, de histórias sem fim, com aquilo que se empregava nos manjares que via confeccionar e em que tão cedo participei. Para mim, para sempre, ficaram ligados os cantares e os comeres alentejanos.”*  
(Guimarães, 1990)

O estilo de vida calmo que ainda hoje se vive no Alentejo, a depuração estética, a sensibilidade para a partilha de saberes e experiências, para o cuidar daquilo que é seu, são características que se devem essencialmente aos baixos recursos económicos que estiveram sempre presentes nesta zona do país. Contudo, se os seus recursos endógenos forem integrados em novas dinâmicas, poderão ser criadas soluções prazerosas, ajustadas à comunidade local. Desta forma, olhando para o modo de estar alentejano, contextualizado na sociedade contemporânea, encontramos uma comunidade na qual identificamos muitas das linhas condutoras do conceito hygge.

## Food Design

Por ser uma disciplina relativamente recente, a definição de food design é ainda ambígua, sendo difícil assumir apenas uma referência para a sua compreensão. É isto que afirma Gionatan Lassandro, presidente da Fooda, associação para o food design, e co-fundador do Foodam – Food, Design & Art Museum.

*“First, there’s a basic premise to make: the paradigm of Food Design is relatively recent and there isn’t a fixed definition yet. Some interpretations of the role are nostalgic, others are techno-visual. In any case, if you talk about design, you talk about styling and planning, so Food Design is the pre-ordination of everything having to do with food. To clarify: food design is tied both to industrial production and classic design (packaging, shape, colour of the food), as well as to a cultural and visual element. If, for example, a chef takes over a restaurant and decides which mood it should have, that’s also food design. It’s important not to confuse it with gastronomy and the art of garnishing dishes!”* (Lassandro, 2011)

O conceito de food design surge em 1997, pela mão de Martí Guixé com a exposição SPAMT. Sendo este o primeiro designer a trabalhar com alimentos. Para Martí Guixé a definição de food design está muito ligada ao design de produto em si e afasta-se da ideia de designer chef. *“A food designer is somebody working with food, with no idea of cooking.”* (Guixé, s.d.)

Martí Guixé concretiza este conceito de food design em projectos como “Oranienbaum lollipop”, um chupa-chupa de laranja com uma semente no interior que propõe a reforestação esporádica e espontânea, simplesmente por lançar para o chão a semente depois de terminado o rebuçado.



Imagem 04 | “Oranienbaum lollipop”- Martí Guixé

Desta forma, Martí Guixé propõe uma abordagem mais conceptual aos produtos alimentares, que o afasta das noções tradicionais de culinária.

A International Food Design Society, apresenta uma interpretação desta disciplina mais relacionada com a cultura, em que a alimentação é encarada como forma de identidade.

*“Food Design is a discipline (...) that includes many other disciplines in it. The complexity of the subject is a consequence of the complexity of food itself. Food explains all people through cultures and religions.” (Zampollo, 2009)*

Numa abordagem mais recente e de certa forma inovadora, surge Marije Vogelzang, que defende uma definição, não de food design, mas de Eating design. *“Eating design is to design from the verb ‘to eat.’”* (Vogelzang s.d.) Segundo Marije Vogelzang, a comida já está perfeitamente desenhada pela natureza. Então os seus projectos focam-se no verbo “comer”. Vogelzang, inspira-se na origem dos alimentos, na sua preparação, cerimoniais, história e cultura. Por esta razão não se considera uma *“food designer”* mas sim a primeira *“eating designer”* holandesa.



PROJECTOS DE  
REFERÊNCIA



Imagem 06 | Kinfolk magazine Manifesto

**A** Kinfolk é um projecto que tem origem em Portland, Oregon, nos Estados Unidos pela mão do seu criador Nathan Williams, juntamente com um grupo de amigos que partilham o mesmo interesse por pequenas reuniões em torno da mesa. Este projecto hoje é já descrito como uma comunidade crescente de artistas que partilham este mesmo interesse. Que reconhecem que há algo numa mesa partilhada com amigos, não unicamente em casamentos ou extravagâncias que acontecem uma vez por ano, que ancoram as relações e nos dão energia. A Kinfolk defende uma abordagem ao entretenimento natural e espontâneo. Cada elemento da Kinfolk – as características, a fotografia, e o seu aspecto geral - é coerente com esta forma que a comunidade acredita que o entretenimento deve ter: simples, descomplicado, e o menos artificial possível. A Kinfolk resulta do casamento entre o apreço pela arte e design e o amor desta comunidade por passar tempo com a família e amigos.



Imagem 07 | Kinfolk Vídeo “A Ode to Summer”

Este projecto apresenta-se inicialmente em forma de revista, impressa e em versão Ipad. Mais recentemente a Kinfolk alargou o seu universo a eventos, vídeos e um website com grande parte dos conteúdos presentes nas publicações.



Imagem 08 | Kinfolk Volume 4

## Cooking Applications by Casper Tolhuisen



Imagem 09 | Cooking Applications - Casper Tolhuisen

O designer Casper Tolhuisen apresenta um especial interesse na reprodução de técnicas industriais para processamento de alimentos e bebidas. Na sua coleção “Cooking Applications” Casper desenvolve um conjunto de utensílios, com o fim de reproduzir os processos de produção industrial de alimentos e novas formas de cozinhar.

Com grande foco no processo de experimentação, este projecto tenta reintroduzir formas de tratamento de alimentos, já um pouco em desuso no contexto não industrial, de uma forma agradável nos nossos jardins e cozinhas.

Este projecto é composto por:

Uma máquina de destilar - projectada para que o utilizador possa destilar a sua própria bebida. Destilar o próprio álcool é ilegal, as máquinas de destilar não têm a sua venda autorizada, mas Casper contorna essa realidade vendendo o seu kit de destilação incompleto. Ao levá-lo para casa, o utilizador tem apenas que lhe juntar uma panela normal para que a máquina funcione.

Uma máquina de fumar a frio e uma máquina de fumar a quente, nestas máquinas o utilizador pode fumar carne, peixe ou vegetais.

O Barbecue Pot, um objecto inspirado no Guvec, um método de preparação de

alimentos Turco. Um pote cheio de ingredientes selado com um ingrediente que acrescente sabor. Selar este objecto com metade de um limão, por exemplo cria uma cabine de vapor, que mistura o sabor do limão no prato.

## Chulha by Philips Design



Imagem 10 | Chulha stove

**C**hulha Low Smoke é uma solução low-tech que permite cozinhar no interior, de uma forma saudável. Este fogão foi desenvolvido para combater os efeitos nocivos da poluição do ar no interior das casas, causa de problemas respiratórios e mesmo morte em muitas famílias rurais da Índia.



Imagem 11 | Chulha Stove-Esquema de montagem

Co-desenvolvido por ONGs locais, designers e utilizadores desta tipologia de fogão, Chulha Low Smoke apresenta inúmeras vantagens sobre os fogões tradicionais indianos. Uma vez que proporciona um melhor ambiente de cozedura dos alimentos, é fácil de utilizar e de manter, bem como permite a utilização de biomassa indígena (vulgarmente utilizada naquelas comunidades) como combustível. Como o fogão é produzido e distribuído localmente, é relativamente barato e facilmente distribuído. A produção do fogão utiliza materiais e processos locais e permite também uma fácil instalação.

## Weltevre



Imagem 12 | Outdooroven - Weltevre

**W**eltevre é uma marca de produtos holandesa, fundada em 2007 pelos designers Floris Schoonderbeek e Dick van Hoff. O objectivo da Weltevre é contribuir para uma comunidade sustentável, social e inspiradora através do desenvolvimento de produtos e serviços que enriquecem o ambiente e experiência humana. Na sua colecção, esta marca procura representar uma nova forma de qualidade e luxo. Para a Weltevre, o luxo é o tempo com amigos e família e a redescoberta do ambiente.

A percepção de qualidade, funcionalidade e uma sensação de conforto e bem-estar, é filosofia central da Weltevre. Indissociavelmente ligado a isto está o uso de materiais honestos, um processo de produção transparente e fornecedores especializados. Os seus produtos mais conhecidos são a Dutchtub original e o Stonestove.



Imagem 13 | Dutchtub - Weltevree

## Outstanding in the field



Imagem 14 | Evento Outstanding in the field

**O**utstanding in the field é um projecto que tem como princípio reunir o seu mercado alvo com a terra e a com a origem dos alimentos, bem como homenagear os agricultores locais que os cultivam.

Este projecto é considerado como uma aventura culinária itinerante, um restaurante sem paredes (literalmente). Desde 1999, que colocam longas mesas em herdades ou jardins, em topos de montanhas ou em grutas em praias. Ocasionalmente, a mesa é posta dentro de casa: num bonito celeiro, numa estufa fria ou num museu imponente. Onde quer que seja o local, o tema destes jantares é continuamente o mesmo, homenagear as pessoas cujo trabalho de qualidade traz o alimento para a mesa.

Os ingredientes utilizados em cada refeição são principalmente os locais, por vezes a sua origem está a poucos centímetros da mesa onde são servidos. Geralmente, estes alimentos são preparados por um chef reconhecido da região.



Imagem 15 | Autarchy - Formafantasma

Andrea Trimarchi (1983) e Simone Farresin (1980) formam o Estúdio Formafantasma - dois designers italianos sediados em Eindhoven. A sua colaboração começou durante o bacharelado em design de comunicação, em que ilustravam livros e revistas. O seu interesse por design de produto desenvolveu-se no curso de mestrado na Design Academy Eindhoven, onde se graduaram com uma tese baseada no artesanato popular siciliano.

O estúdio Formafantasma explora assuntos como o papel do design no artesanato, a relação entre a tradição e cultura local, abordagens críticas à sustentabilidade e a importância de objectos enquanto conduta cultural. Esta dupla de designers entende o seu trabalho como uma ponte entre artesanato, indústria, objecto e utilizador, bem como uma estimulação ao diálogo sobre uma tipologia de projecto mais crítico e conceptual.

Autarchy veio desenvolver o material e o conceito do projeto anterior Baked, seguindo o espírito celebrativo e folk de “Cene di San Giuseppe”, na Sicília, trata-se de uma instalação que propõe uma forma autónoma de produção de bens.



Imagem 16 | Baked - Formafantasma

Este projecto traça um cenário hipotético onde a comunidade abraça de uma forma serena e auto-infligida a autonomia no cultivo, colheita e processamento dos produtos agrícolas, de forma a alimentar e criar ferramentas para atender às necessidades humanas.

Autarchy é uma homenagem ao descomplicado, ao simples e quotidiano. Uma coleção de contentores e candeeiros funcionais e duráveis, produzidos num bio-material composto de 70% de farinha, 20% de resíduos agrícolas, e 10% de calcário natural, secos naturalmente ou cozidos a baixa temperatura. As diferenças na paleta de cores são obtidas através de uma selecção de vegetais distintos, especiarias e raízes que são secos, fervidos ou filtrados, e utilizados como corantes naturais. O vaso e a garrafa são impermeabilizados por dentro, através da aplicação de uma mistura de cera de abelha e resina de pinheiro. Este projecto sugere uma forma alternativa de produção de bens, onde o conhecimento herdado é usado para encontrar soluções sustentáveis e descomplicadas.

## Eat Love Budapeste | Marije Vogelzang



Imagem 17 | “Eat Love Budapest” Marije Vogelzang

**E**at Love Budapest, de Marije Vogelzang, é uma performance de três dias, onde mulheres ciganas alimentam os visitantes, enquanto contam as suas histórias de vida.

Os participantes são separados do espaço exterior num pequeno espaço branco composto por têxteis, do qual não devem sair, nem olhar para fora. Cada participante é servido por uma mulher. Ela vai servindo a comida que está ligada às suas memórias pessoais. Alimenta os participantes com uma colher e com as mãos. Ser alimentado é um ritual muito íntimo e raro, especialmente quando feito por um estranho. Todo o processo é um ritual. O visitante não pode ver quem o serve, mas pode ver suas mãos. Ao alimentar o participante, a mulher começa a contar-lhe a sua história de vida. Como se falasse com um amigo e com a delicadeza de uma mãe para um filho.

No interior da instalação, o participante entra num ambiente particular. Há um pequeno órgão musical no qual pode tocar, há um grande rolo de papel com guardanapos que pode usar. Existem também vários pedaços de papel com textos e fotografias de família, estes textos são escritos pelas senhoras ciganas. Ideias, receitas e sonhos.

As senhoras usam um perfume no pulso. Este é o único perfume que usam. É um aroma que tem um significado pessoal para elas e é um dos ingredientes dos pratos que servem.

Ao terminar a experiência, o participante nunca vai saber por quem fora alimentado. Desta forma é conseguida uma ligação mais abstracta, toda a gente tem a sua própria história. As reacções a este projecto são normalmente muito emotivas.



# DESENVOLVIMENTO DE PROJECTO

## — ALENTEJANIDADE COMO ESTILO DE VIDA —

Este corpo de trabalho consiste no desenvolvimento de um sistema de objectos, alimentares e não alimentares, que tem como pilar a cultura imaterial e gastronómica alentejana. Partindo do pressuposto que todos precisamos e queremos momentos de pausa e lazer, pretende-se que este projecto seja uma ferramenta facilitadora da criação desses momentos, para que estes possam acontecer de uma forma regular, natural e descontraída.

Uma vez que a cultura de partilha alentejana acontece em grande parte em torno da mesa, propomos um sistema em que o próprio acto de cozinhar acontece à mesa, ou em qualquer outro espaço em que nos proponhamos a partilhar a refeição. Pretende-se que os momentos de partilha e fruição comecem logo com o acto da preparação da refeição, e não apenas durante a sua degustação.

Este projecto convida a que os seus utilizadores saiam da cozinha e apreciem a preparação das suas refeições num espaço aberto, nos seus próprios quintais, ou idealmente na planície alentejana.

O desenvolvimento deste mestrado coincide com o momento em que decido alterar significativamente o meu estilo de vida: sair de uma cidade com 80 000 habitantes, o Barreiro, e ir viver para uma vila alentejana com menos de 650 habitantes, Cabrela. Esta alteração proporcionou-me o prazer de um estilo de vida simples, que privilegia a partilha de momentos com as pessoas de quem mais gosto e a criação de momentos memoráveis a partir de situações quotidianas.

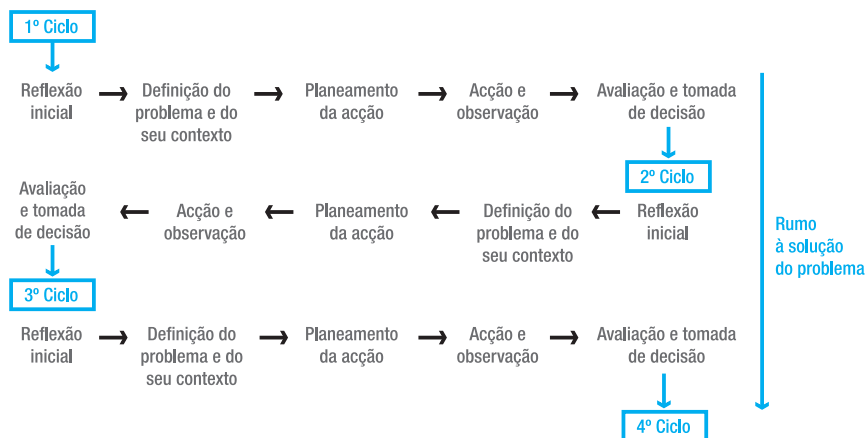
Viver o Alentejo, permite-me entender, por experiência própria, a realidade alentejana de uma forma intensa e diária, tornando possível o conhecimento e aproximação a alguns produtores locais, bem como a algumas instituições com quem trabalhei no decorrer deste projecto.

# METODOLOGIA

Para o desenvolvimento deste corpo de trabalho foi utilizada a metodologia que Frayling (1994) denomina investigação através do design. Este método de investigação pode ser aplicado no modelo de investigação-acção “*where a research diary tells, in a step-by-step way, of a practical experiment in the studios, and the resulting reports aims to contextualise it. Both the diary and the report are there to communicate the results*” (Frayling, 1994).

Com base nesta metodologia, foi redigido o capítulo Desenvolvimento de Projecto, onde se descrevem os vários ciclos de acção, com vista ao desenvolvimento, teste e aperfeiçoamento em cada uma das fases dos objectos desenvolvidos.

Esta metodologia funciona de uma forma cíclica e espiral no sentido da resolução do problema.



Cada um dos passos destes ciclos, corresponde a uma das fases de desenvolvimento de projecto:

**Reflexão inicial:** Identificação do problema a abordar;

**Definição do problema e do seu contexto:** Pesquisa e reunião dos pressupostos do problema, pesquisa contextual, conceptual e formal;

**Planeamento da acção:** Sintetização da pesquisa, pressupostos e definição de linhas de acção projectual;

**Acção e observação:** Intervenção projectual, desenho, construção de maquetas e protótipos funcionais;

**Avaliação e tomada de decisão:** Apreciação dos resultados consequentes do passo anterior e sua avaliação enquanto a resolução do problema;

Após a conclusão e avaliação de um primeiro ciclo, estão reunidas as condições para avançar para os ciclos seguintes com vista ao aperfeiçoamento de cada solução conseguida.

### Momentos de partilha gastronómica no Alentejo

#### Almoço de trabalho

No quotidiano dos trabalhos rurais alentejanos, era prática comum que a confecção dos almoços fosse iniciada em casa e finalizada no campo. As refeições eram transportadas por cozinhar e, no local de trabalho, uma ou várias mulheres eram encarregues da sua finalização. Acendiam fogueiras, nas quais, em várias panelas de barro, confeccionavam individualmente as refeições de cada um dos restantes trabalhadores. Estas mulheres podiam estar dedicadas exclusivamente a esta função, ou acumulá-la com os restantes trabalhos rurais.



Imagem 19 | Preparação de almoço no campo

#### Adiafa

A adiafa consiste numa comemoração da finalização dos trabalhos agrícolas, uma tradição enraizada, que ainda hoje continua a acontecer. Esta comemoração tem lugar no dia da finalização dos trabalhos, ou no dia subsequente. Normalmente os alimentos servidos nesta comemoração são oferecidos pela pessoa responsável pelos trabalhos, quer seja ele proprietário das terras ou arrendatário de exploração.

A adiafa acontece no campo, junto ao local onde se desenvolveram os trabalhos, e é um momento de partilha e divertimento. Estas adiafas são por vezes estendidas a outro tipo de trabalhos, especialmente quando se trata de trabalhos colaborativos.



Imagem 20 | Adiafa no ano de 1984

## 2ª Feira de Páscoa

No Alentejo, a tradição de Páscoa está muito ligada à segunda-feira de Páscoa, na qual, de uma maneira geral, os alentejanos vão para o campo desfrutar da beleza e abundância primaveril, bem como do bom tempo que normalmente já se faz sentir nessa altura. As populações deslocam-se para zonas de campo perto das vilas ou cidades em que residem, geralmente em grandes grupos. Levam consigo as refeições já preparadas, que são depois aquecidas no local escolhido para o piquenique, em fogueiras. O almoço é geralmente grandioso e toda a gente partilha aquilo que levou. Os pratos tradicionais deste dia são o borrego assado e o ensopado de borrego. A eles juntam-se as iguarias doces, que ficam um pouco ao gosto de cada família.

Depois do almoço normalmente proporciona-se uma caminhada pelo campo onde se apanham alguns alimentos silvestres como espargos e túberas. Os grupos permanecem no campo até à última réstia de sol, a aproveitar o dia ao máximo. Descansam, fazem jogos, têm conversas e normalmente divagam sobre como se devia repetir aquela actividade mais vezes no ano... coisa que acaba por nunca acontecer, e é o facto de acontecer só uma vez no ano, naquele dia específico, que a torna tão especial e esperada.



Imagem 21 | 2ª feira de Páscoa no ano de 1978

## A Sazonalidade na escolha dos alimentos

*“Na Primavera, sentirás o odor das flores, contemplarás as águas e os jardins; no Verão, o odor da rosa e da violeta; no Outono, as plantas aromáticas fortes; no Inverno, inalarás aromas macerados em água de rosas. Tudo isto libertar-te-á os orifícios do cérebro” (Khaldsûn, séc. XIII)*

No território alentejano, a diversidade de produtos alimentares silvestres é uma parte importante do património gastronómico. A possibilidade de apreciar cada odor e cada sabor a seu tempo permite-nos um novo olhar sobre a natureza.

A escolha de alimentos locais sazonais é uma das formas de diversificar a alimentação; a natureza oferece-nos abundância se a soubermos observar. Afastamos dos alimentos industrializados, insípidos, geneticamente modificados; reduz o desperdício de energia e de recursos; potencia uma estreita relação com o lugar e com o território de produção alimentar. No Alentejo, encontramos não só um sem número de formas para o consumo de alimentos sazonais, bem como variadas estratégias de preservação e preparação destes produtos.

Este projecto propõe-se a reveritar a sazonalidade dos alimentos e as suas estratégias tradicionais de preparação e conservação, procurando aplicá-las em produtos que respondam a necessidades contemporâneas.

## Açorda de Bolso

Partindo de uma observação das refeições usadas tipicamente no Alentejo, quer em momentos festivos, quer na alimentação que era transportada para os trabalhos do campo no dia-a-dia rural, foi possível concluir que a transportabilidade é um factor transversal a todas elas. Desta forma decidiu-se desenvolver um projecto que unisse a gastronomia alentejana e a transportabilidade das refeições.

O problema da transportabilidade é premente no cenário alimentar contemporâneo, uma vez que nas últimas décadas assistimos a uma transformação nos hábitos de consumo alimentar, existindo cada vez mais pessoas que levam consigo refeições feitas em casa. Transportamos refeições pelas mais diversas razões, seja por motivos económicos, motivos nutricionais ou comportamentos de consumo. Nos últimos anos, transportar refeições deixou de ser um hábito visto com alguma estranheza e preconceito, para ser um *“hábito socialmente respeitado”* (Visão, 9 Fevereiro 2012), uma vez que mostra cuidado e responsabilidade no acto de consumir. Esta é uma alternativa saudável à compra de alimentos de consumo rápido como o fast food, permitindo-nos controlar a qualidade daquilo que comemos.

Partindo do actual comportamento de transportar refeições, sentiu-se a necessidade de intervir, tornando mais transportáveis os pratos típicos alentejanos, permitindo o sabor de um prato acabado de confeccionar, aliado à comodidade de uma refeição pré-preparada.

*“Grande, com enormes buracos, sem igual no país e mesmo fora, este pão do Alentejo faz parte de uma imensa quantidade de receitas. Deve ser usado em pequenas doses, bem trabalhado, cortado fino. É um alimento saudável, lembro-o desde sempre, com o seu cheiro inebriante ao sair do forno ou já um pouco duro, dois, três ou ainda mais dias*

*depois, com o mesmo sabor, um manjar dos deuses.*

*Lembro-me das forneiras. Eram mulheres vestidas de preto, de grandes saias rodadas, com uma rosca de pano na cabeça onde seguravam os tabuleiros de madeira.”*

(Guimarães, 1990)

De todos os pratos alentejanos, o mais alentejano de todos é, sem dúvida, a açorda de alho. Um prato muito simples e económico, que recorre à estratégia da utilização das ervas aromáticas para lhe conferir sabor. Esta receita é utilizada pelo povo alentejano há centenas de anos. Com algumas variações mediante as condições económicas de quem a prepara, a açorda pode ser um prato mais guarnecido, com bacalhau e ovos, ou mais simples, utilizando apenas o piso, o pão e a água.

*“Açorda provém da palavra árabe ath-thurda de onde também deriva tarida utilizada nos países islâmicos do mediterrâneo. Com pequenas variações, era e continua a ser, nesta região, um alimento primordial. Água limpa, pão migado, salsa e coentros, dois dentes de alho e um fio de azeite. O mais simples dos milagres.”* (Torres, 2013)

No objecto proposto, a receita base da açorda continua a ser cumprida, a intervenção acontece apenas no seu modo de preparação. Propõe-se que, ao invés desta ser totalmente confeccionada no momento exactamente anterior ao seu consumo, possa ser preparada na véspera e posteriormente transportada para uma refeição.

Para a execução deste novo formato de açorda, é necessária a preparação de uma massa de pão. Os ingredientes necessários (água, farinha, sal e fermento) são misturados, amassados e têm posteriormente que “descansar” para que a massa possa fermentar correctamente. Enquanto a massa fermenta é preparado o piso da açorda. Azeite, alhos, coentros e sal são colocados dentro de um almofariz e pisados energicamente para que fiquem transformados numa pasta.

Quando a massa de pão está fermentada, são conformados pequenos pãezinhos individuais recheados com o piso. Estes pães vão ao forno até estarem perfeitamente cozinhados. Quando retirados do forno, parecem pequenos pães alentejanos, mas escondem no seu interior a promessa de sabor de uma típica açorda de alho. As Açordas de Bolso podem ser conservadas e transportadas até dois dias após a sua confecção, uma vez que tradicionalmente a açorda de alho é confeccionada com pão duro.

No momento da refeição, a Açorda de Bolso deve ser partida em pequenos pedaços, que são colocados num recipiente e cobertos com água a ferver. Desta forma os requisitos do sabor de uma refeição típica e da transportabilidade ficam reunidos num só objecto alimentar.

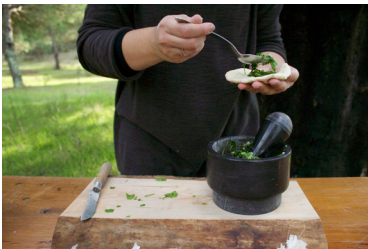


Imagem 22 | Preparação das Açordas de Bolso



Imagem 23 | Açorda de Bolso

## Forno de Mesa

Depois do desenvolvimento da Açorda de Bolso, a questão da preparação do pão e da sua cozedura assumiram papéis de grande importância no desenvolvimento deste projecto. Neste sentido, identificou-se um problema que se considerou de interesse: a cozedura em brasas, típica dos fornos a lenha.

Desta forma iniciou-se um processo de experimentação com vista a atingir a criação de um objecto que oferecesse as características típicas do forno a lenha, mas que fosse mais adaptado às necessidades contemporâneas. A sua evolução foi surgindo através da execução de uma série de experiências e melhoramentos cíclicos que deram origem ao resultado final.

Num primeiro ciclo de experiências procurou-se encontrar um sistema que proporcionasse uma confecção de alimentos de uma forma mais próxima à cultura gastronómica alentejana, ainda que com uma grande preocupação no estilo de vida contemporâneo. Foram testadas várias hipóteses que passamos a descrever:

Neste ciclo foi testada uma solução mista que unia um objecto do quotidiano contemporâneo, uma frigideira, a uma campânula construída em pasta cerâmica refractária de alta temperatura, uma pasta extremamente resistente a temperaturas altas e de grande resistência mecânica após a cozedura. Este objecto pretendia criar uma nova forma de preparação de alimentos, uma cozedura com um sabor próximo ao do forno a lenha, utilizando apenas recursos disponíveis na generalidade das habitações, como o fogão, ou placa de aquecimento e uma frigideira, sendo criada apenas uma campânula. Foi construído um protótipo funcional, que permitiu a seguinte análise de resultados.



Imagem 24 | Protótipo funcional 1



Imagem 25 | Protótipo funcional 1



Imagem 26 | Protótipo funcional 1

Através deste protótipo pudemos concluir que a distribuição de calor dentro da campânula não acontecia de uma forma uniforme. O calor na base de contacto com os alimentos era muito superior ao distribuído pelo resto do espaço de cozedura, o que levava a uma cozedura não uniforme. O sabor dos alimentos não tinha a proximidade que se pretendia ao sabor característico dos alimentos confeccionados no forno de lenha.

Desta forma deu-se início a um segundo ciclo, em que testámos ainda como fonte de calor o fogão, ou placa de aquecimento, mas desta vez sem a frigideira e com uma base em pasta refractária, tal como a campânula.



Imagem 27 | Protótipo funcional 2



Imagem 28 | Protótipo funcional 2

Este teste apresentou resultados semelhantes, a cozedura não era uniforme, e o sabor dos alimentos confeccionados não era o pretendido. A base refractária não resistia sem rachar ao contacto directo com a fonte de calor.

A partir deste teste, foi possível concluir que o sabor característico do forno a lenha, não seria possível de reproduzir com a fonte de aquecimento utilizada. Considerou-se contudo que este objecto poderia funcionar, ainda que sem o sabor pretendido, se lhe fosse adicionada uma caixa de ar, entre a base refractária e os alimentos. A questão da quebra do refractário pelo contacto directo com a fonte de calor foi resolvida num ciclo posterior, que se descreve mais à frente. Após as conclusões retiradas do 2º ciclo de testes, prosseguiu-se para a experimentação de uma nova tipologia de objecto, partindo do princípio que para atingir o sabor pretendido, o forno teria que funcionar com aquecimento por brasas. Neste sentido foi iniciado um novo ciclo de testes.

Para entender a temperatura gerada pelas brasas, foi feito um teste com uma maquete funcional, quer com as brasas no exterior da peça, quer com brasas no seu interior. Este teste permitiu-nos concluir que o melhor comportamento ao nível do sabor e da distribuição do calor acontecia com as brasas no interior da peça.



Imagem 29 | Maquete funcional 1



Imagem 30 | Termómetro de forno

Foi produzido um protótipo funcional do objecto, integralmente construído em pasta cerâmica refractária, para o qual se levou a cabo a construção de moldes de gesso, aos quais foi posteriormente aplicada a pasta cerâmica, pela técnica de conformação por lastra. Estas peças foram cozidas a uma temperatura de 1180°C na tentativa de dar à pasta a máxima resistência ao calor.



Imagem 31 | Execução de modelo para campânula



Imagem 32 | Modelo para campânula



Imagem 33 | Moldes



Imagem 34 | Peça inferior retirada do molde



Imagem 35 | Campânula retirada do molde



Imagem 36 | Peça inferior colocada no forno

Esta fase de teste deu origem a um modelo funcional, que cumpria já com grande parte dos requisitos iniciais. Quer pela forma como o calor se distribuía no interior do forno, quer pelo sabor característico que as brasas proporcionavam aos alimentos.



Imagem 37 | Protótipo funcional 3



Imagem 38 | Protótipo funcional 3

Contudo, existiram ainda outros problemas. O sobreaquecimento da peça inferior que levava a que esta se tornasse extremamente perigosa para quem a manuseava e o facto de, mais uma vez, a peça não resistir ao contacto com o fogo e rachar.



Imagem 39 | Colapso protótipo funcional 3



Imagem 40 | Colapso protótipo funcional 3

Iniciou-se uma nova procura de soluções para resolver a fractura da peça e o seu sobreaquecimento. Após vários testes em que foi criada uma camada de isolamento térmico em perlita, entre duas camadas de refractário, conseguiu-se uma melhoria dos resultados relativamente ao sobreaquecimento, mas não em relação à resistência da peça.

Estes testes permitiram perceber que o colapso acontecia devido à diferença de temperatura repentina e distribuição de calor de forma não uniforme pela peça. Foi então feita uma pesquisa sobre outras peças de barro expostas a temperaturas elevadas de forma repentina, como assadores de barro e tajines, em que se observou que estas eram submetidas a uma imersão em água, antes de serem

expostas ao calor. Assim, o facto de a peça ser molhada antes de ser sujeita à fonte intensa de calor seria determinante para a sua resistência. A água que fica retida no interior do material dissipa o calor de uma forma uniforme por toda a peça. Depois de molhada, imediatamente antes de ser feito o lume no seu interior, a peça resistiu em perfeitas condições, sem a necessidade de nenhum isolante térmico adicional.



Imagem 41 | Processo de embebimento da peça

Para a resistência da peça, a temperatura a que era cozida revelou-se também importante. Até este momento utilizou-se uma temperatura de 1180°C na cozedura das peças. Concluiu-se contudo que se a peça fosse cozida a uma temperatura mais baixa, 1020°C, a pasta permanecia mais porosa, e este facto facilitaria a absorção de água, bem como a propagação do calor de forma uniforme. Passou-se então a proceder a cozeduras de 1020°C, conseguindo um melhoramento da resistência ao processo de aquecimento.

Para resolver o problema do sobreaquecimento do exterior da peça, e do perigo que este apresentava aos potenciais utilizadores, introduziu-se um elemento interior onde é feito o fogo e que retém uma caixa de ar entre si e a peça exterior. Desta forma a peça exterior mantém uma temperatura aceitável ao toque, deixando de ser perigosa ao contacto. Para atingir este resultado foi utilizado ar como isolante térmico.

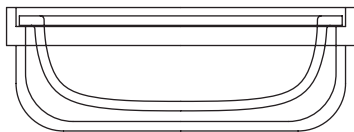


Imagem 42 | Esquema sistema de isolamento

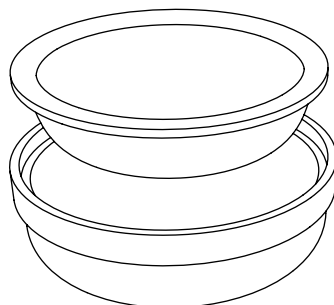


Imagem 43 | Esquema sistema de isolamento

O facto de terem sido atingidos os resultados pretendidos com simplicidade de materiais, vai ao encontro do engenho alentejano para resolver os problemas de uma forma simples, que implica poucos recursos, evitando soluções materiais elaboradas e dispendiosas.

Mais tarde, foram também introduzidos na peça orifícios para circulação de ar: 4 na peça exterior, e 6 na peça interior, estes orifícios fazem com que o ar circule, de forma a que as brasas não se apaguem por falta de oxigénio.

A construção da campânula que completa o Forno de Mesa, revelou-se bastante mais simples. Esta campânula tem dois orifícios que podem ser tapados simultânea ou alternadamente por rolhas de cortiça, de forma a controlar a temperatura no interior do forno. O contacto das brasas com o oxigénio é preponderante para a sua activação, sendo que ao taparmos os orifícios da campânula, consegue-se uma temperatura inferior dentro do forno pela privação das brasas ao oxigénio.



Imagem 44 | Campânula

De forma a otimizar a cozedura dos alimentos, pode ainda ser colocado no interior do forno um disco de refractário, que sendo colocado sobre uma trempe, depois do forno já estar quente, permite proteger a base de cozedura dos alimentos, de forma a que estes cozam uniformemente. Este disco deve ser molhado antes da sua colocação no forno, garantindo a sua resistência ao choque térmico e aumentando a humidade no interior do forno.

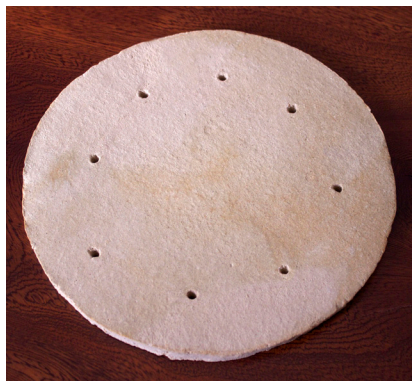


Imagem 45 | Disco de refractário

Depois dos problemas de funcionamento do forno estarem resolvidos, faltava ainda solucionar o facto das peças empenarem ao serem retiradas do molde. Foram feitas várias tentativas na oficina de cerâmica da ESAD.CR para produzir as peças por conformação na roda de oleiro. Esta tarefa revelou-se infrutífera, uma vez que a grande quantidade de chamote presente na pasta refractária tornava o material muito agressivo para as mãos de quem o está a trabalhar, bem como pouco plástico. Depois de consultar vários oleiros, que colocaram sempre restrições a este tipo de conformação para a pasta refractária, encontrou-se um oleiro disponível para tentar este processo de conformação, o mestre Tavares, de São Pedro do Corval, com quem já tinha existido um contacto prévio num workshop de cerâmica de roda, no CENCAL.



Imagem 46 | Processo Produtivo com o Mestre Tavares



Imagem 47 | Processo Produtivo com o Mestre Tavares

Para o Mestre Tavares, um oleiro muito experiente, a tarefa de conformar pasta refractária na roda revelou-se inicialmente desafiante, mas foi concluída com êxito logo na primeira tentativa. Assim, conseguiram-se peças com uma maior resistência aos empenos. Através deste processo de conformação, passou a existir a possibilidade, de fazer variações nas dimensões das peças, sem a necessidade de execução de novos moldes, e dos seus respectivos custos adicionais.



Imagem 48 | Forno de Mesa

Estando o objecto cerâmico finalizado, existia ainda a necessidade da criação de uma estrutura metálica que suportasse o forno a uma altura que impedisse o contacto e consequente aquecimento da superfície em que este seria colocado em utilização. Aproveitou-se também a existência desta estrutura metálica para a criação de um apoio para a campânula, quando o forno estivesse aberto.



Imagem 49 | Estrutura metálica para apoio de forno e campânula

O resultado final deste objecto surge então de uma série de experiências cíclicas, que permitiram ir tirando conclusões em prol do seu aperfeiçoamento consecutivo. A aproximação aos produtores locais foi enriquecedora para o desenvolvimento deste projecto, permitindo que a própria produção das peças fosse imbuída pelo saber local.

A produção com um artesão alentejano permitiu um acompanhamento constante da execução das peças cerâmicas e abre caminho para futuros cenários produtivos para este projecto.

### **Funcionamento do Forno de mesa:**

O funcionamento deste objecto passa por um processo básico de preparação de brasas. Antes de se proceder à criação do lume, o objecto deve ser molhado por forma a garantir a sua resistência, tal como explicado anteriormente. Depois do objecto estar totalmente molhado podemos prosseguir com a colocação das pinhas de pinheiro bravo, vulgarmente chamadas de cascabulhos, no Alentejo.

No recipiente interior do forno, as pinhas devem ser acesas e posteriormente vão sendo colocados pequenos feixes de lenha, para que o lume se desenvolva. Quando obtivermos um lume consistente deve ser então colocado o carvão que dará origem às brasas. Depois da colocação do carvão no lume, este deve ser soprado para garantir que arde correctamente. Esta operação pode ser feita pela via de sopro ou com a ajuda de utensílios próprios para o efeito, como um fole,

abanico, ou cana de sopro (objecto muito utilizado no Alentejo, normalmente feito pelo seu utilizador). Quando obtivermos brasas consistentes, ainda com alguma chama, podemos colocar a trempe no interior do forno e proceder aos processos de cozedura.



Imagem 50 | Funcionamento do Forno

Durante a experimentação deste objecto, foram identificadas três fases distintas de intensidade de calor. Uma primeira fase, de calor intenso, enquanto se produzem as brasas e ainda existe chama, em que a temperatura atinge os 350°C a 400°C. Nesta fase ainda não é possível utilizar o forno fechado, para confeccionar pão ou outros alimentos, a temperatura é demasiado forte e distribui-se de forma irregular, queimando os alimentos na sua parte inferior.

Numa segunda fase, quando as brasas estão consolidadas, activas, e em que a temperatura varia entre os 160°C e os 220°C é a fase ideal para a cozedura de alimentos dentro do forno, com a campânula colocada.

Existe ainda uma terceira fase, em que as brasas começam a perder a intensidade, e a temperatura baixa gradualmente desde os 100°C até à extinção completa do calor.

Após a análise destas três fases de intensidade de calor, concluiu-se que unicamente uma delas, a segunda, funcionava correctamente para o tipo de cozedura de alimentos que tinha sido proposto inicialmente e que as outras duas não tinham aproveitamento para esta função. Este foi o momento em que surgiu a ideia de, através da criação de objectos complementares, tirar partido também da primeira e terceira fases de intensidade de calor.

Olhando novamente para a gastronomia e costumes alentejanos, foi possível identificar duas situações em que poderíamos utilizar a primeira e a terceira fase de intensidade de calor do forno. A confecção de sopas da panela e a secagem de alimentos e ervas aromáticas.



Imagem 51 | Forno de Mesa

## Sopa da Panela

*“A sopa da panela é uma espécie de cozido. Era com um bocadinho de toucinho, um bocadinho de linguiça, um bocadinho de chouriça. Era tudo carne de porco. Essa carne cozia com grão. Punha-se a carne a cozer numa panela de barro. Punha-se logo o grão junto. Depois podia levar abóbora, feijão verde, consoante o que houvesse na altura. Era uma espécie de um cozido, só que com pouca carne e mais hortaliça, fazia-se a mesma sopa com grão, batatas e massa. Esta sopa da panela fazia-se sempre da mesma forma, com os ingredientes conforme a estação. O raminho de hortelã é que levava sempre em cima das sopas, antes de deitar o caldo” (VR in Valagão, 2011)*

A primeira fase de intensidade de calor do forno de mesa (350°C a 400°C) pode ser então aproveitada para confeccionar este tipo de sopas. Uma sopa característica, que funciona como aproveitamento dos alimentos sazonais.

*“Finalmente há a referir que a informação arqueológica nos ajuda a compreender como em épocas antigas eram cozinhados os alimentos. Que utensílios eram utilizados e de que maneira. Por exemplo, a proporção de panelas é enorme comparada com a das frigideiras.*

*Este facto, aparentemente anódino, permite-nos comprovar que a sopa e o cozido eram alimentos habituais, ao contrário das frituras. A panela era de facto a rainha da cozinha. Bem aconchegada no borralho e a cozer lentamente um punhado de couves e nabos, um naco de abóbora, uma mão cheia de favas e um fio de azeite. Eis a sopa, o alimento mais importante a chave de muitos séculos de sobrevivência e muitos saberes.” (Torres, 2013)*



Imagem 52 | Panela

Para se conseguir a confecção de sopas da panela no forno de mesa, foi criado um objecto simples, um contentor construído em pasta cerâmica refractária, vidrado no seu interior, com vidro compatível com a alimentação. A forte resistência térmica da pasta, e o facto deste objecto ser utilizado com água no interior, permite-lhe resistir quando sujeito ao contacto com chama directa e com brasas, podendo assim ser utilizado como panela.



Imagem 53 | Panela em utilização

Pretende-se que este objecto funcione como uma ferramenta para a exploração dos sabores sazonais utilizados nas sopas da panela. Como tal, sugere-se a utilização de alguns ingredientes que podem ser adicionados à receita base da sopa e que lhe conferem uma variação de sabores mediante a sua sazonalidade.

**Primavera:** Carrasquinhas; Espargos; Túberas.

**Verão:** Tomate; Pimento; Feijão verde; Abóbora; Beldroegas.

**Outono:** Escorcioneira; Nabiças; Nabos.

**Inverno:** Repolho; Couve; Espinafres.



Imagem 54 | Carrasquinhas



Imagem 55 | Beldroegas



Imagem 56 | Túberas



Imagem 57 | Escorcioneira



Imagem 58 | Espargos bravos

## Rede de Secagem

Para a utilização da terceira fase de intensidade de calor, 100°C até à extinção completa do calor, pensou-se na conservação dos bens alimentares, uma característica importante da gastronomia alentejana, presente nas salmouras, conservas em azeite e óleo, nas compotas, geleias e secagem. Esta última, possível de ser explorada com o Forno de Mesa.

Quando as brasas, dentro do Forno de Mesa, têm já pouca intensidade, este calor pode ainda ser utilizado para secar alimentos. A porosidade da pasta refractária, bem como os orifícios da campânula, permitem que os alimentos colocados no seu interior consigam expelir a humidade e que vão secando lentamente. Sendo que os requisitos primários para a secagem de alimentos dentro do forno estavam reunidos, faltava apenas construir um objecto que servisse de base, aos alimentos a secar. Foi então feita uma pesquisa de materiais que respeitasse a respirabilidade dos alimentos e promovesse a sua secagem. No seguimento desta pesquisa foi encontrada uma rede de fibra de vidro, própria para cozinhar alimentos no forno. A abertura da trama desta rede permite que o ar quente circule, promovendo uma secagem uniforme, sem condensação nos alimentos.

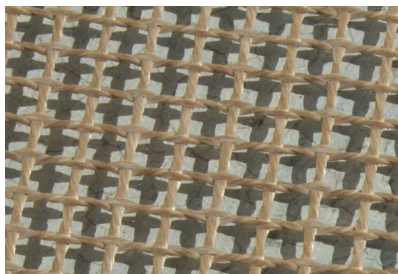


Imagem 59 | Rede de fibra de vidro para uso culinário



Imagem 60 | União da rede ao aro de fibras vegetais

A esta rede foi adicionado uma aro de sustentação em fibras vegetais. Este aro é cozido manualmente à rede, permitindo que esta seja colocada no forno assentando imediatamente abaixo da campânula.

Desta forma consegue-se então criar um objecto para a utilização da terceira fase de intensidade de calor, ficando assim concluído o problema de aproveitamento de todas as fases de calor que se obtém a partir do Forno de Mesa.



Imagem 61 | Secagem de Alecrim



Imagem 62 | Secagem de Tomate

## Tigela de Fermentação

Depois da conclusão dos objectos que se relacionam com o Forno de Mesa, iniciou-se a exploração de um processo pelo qual houve interesse desde o início do desenvolvimento deste projecto: a fermentação do pão, e a sua importância para o sabor do tradicional pão alentejano.

A essência da preparação do pão alentejano está nos detalhes, são eles que lhe conferem a sua genuinidade. Originalmente as farinhas de que era feito tinham uma moagem mais grossa, a sua cozedura era feita em forno aquecido a lenha, inclusivamente, as propriedades da lenha utilizada não eram ignoradas. O fermento era também especialmente importante, consecutivamente deixado de massa para massa. O tempo de fermentação da massa era cuidadosamente respeitado e posteriormente o pão era talhado com a forma com que o identificamos facilmente.

*“As pessoas da cidade que não tinham forno, amassavam o pão em alguidares de barro. Esta operação era para quem sabia, tinha força e se queria dar a esse trabalho. Depois de a massa começar a ficar boa, ia-se deitando água, trabalhando-a até que pronta se lhe traçava ao meio uma cruz e se deixava levedar. Algumas horas depois ou já no dia seguinte vinha a forneira, vestida de negro, personagem cheia de graça, forte, dizendo chalaças, de dente duro, um vento nas saias, alguém que me parecia inteiramente livre. Assim levava o tabuleiro, forrado com um pano branco, onde se colocavam a um e um os pães bem tendidos, a distâncias regulares, que se distinguiam em cada uma das casas da cidade pelas suas formas.*

*E lá saíam, bamboleando-se, descendo e subindo escadas, que dava gosto vê-las. Já na rua, ao sabor de declives e calçadas. Equilibravam o enorme tabuleiro, tapado por outro pano branco, sempre com perícia e facilidade.*

*Ao chegarem ao forno, que geralmente lhe pertencia, descarregavam a massa. O forno, já nessa altura aceso, era aquecido com feixes de enxapota, lenha de pernadas muito finas de que depois se varriam as cinzas. Aí, um a um, com grandes pás, as forneiras iam colocando por ordem e arrumação os pães da senhora tal, de fulana ou cicrana. Não sem que antes tirassem com um belisco um bocado a cada um, para que desse conjunto de massa beliscada fazerem o seu próprio pão.*

*Já pronto, traziam-no a casa de cada cliente, que estava à espera. Todo o ambiente ficava impregnado de um cheiro intenso, inesquecível, melhor que perfume de flor. Aí a operação acabava e só faltava guardá-lo em grandes cestas próprias e começar a servi-lo. Este pão mantinha-se ótimo durante uma semana.*

*Mas sem nenhuma destas “cerimónias” ainda hoje há pão no Alentejo que pode desafiar o melhor que se faça em qualquer parte. E com ele uma quantidade de pratos agradáveis, ótimos e talvez – quem sabe? – cheios de novidade.*

*O cheiro e o seu sabor a ceira ceifada são-lhe exaltados pelos condimentos durante a sua preparação. Todos os sabores, tal como na Itália com as massas, de resto divulgadas no mundo inteiro, se poderão combinar com este pão, tantos quantos quanto forem as carnes, as ervas, os peixes ou as hortaliças que sabiamente se lhe adicionarem.”*  
(Guimarães, 1990)

Ao longo do tempo os princípios de preparação e cozedura do pão têm vindo a perder-se, tornando difícil, hoje em dia, encontrar o verdadeiro pão alentejano, com o sabor azedo que lhe é característico.

Depois de uma análise sobre o pão alentejano, concluiu-se que o principal responsável pelo seu sabor, é o tempo de fermentação. Este processo acontece com maior facilidade num ambiente morno, sendo difícil de conseguir correctamente em ambientes frios ou húmidos. Pode levar várias horas até estar concluído, sendo o tempo de repouso necessário inversamente proporcional à temperatura do espaço em que acontece.

Para facilitar o processo de fermentação e assim conseguir atingir o sabor do pão alentejano, propõe-se um objecto composto por uma tigela de pasta cerâmica refractária, vidrada no seu interior, com vidro compatível com a alimentação, onde os ingredientes de preparação do pão são misturados e o pão é amassado. Este objecto é composto também por uma tábua de madeira que poderá ser usada no momento de tender o pão com a sua forma final. Nesta tábua está embutido um pequeno recipiente em pasta refractária onde é colocada, no momento da utilização, uma pequena quantidade de brasas. A tigela com a massa do pão dentro, é então colocada em cima deste recipiente com brasas, o que provoca o seu aquecimento. Na zona do frete que é nesta tigela bastante elevado, existem quatro orifícios que permitem a oxigenação das brasas para que continuem acesas quando a tigela é colocada por cima do recipiente que as contém.

A temperatura gerada pelas brasas, provoca uma dispersão do calor, suave, pela tigela de pasta refractária, o que provoca uma aceleração do processo de fermentação, permitindo obter o ponto ideal do pão alentejano, num espaço de tempo mais curto. Assegura também que este processo possa decorrer correctamente em qualquer espaço, ainda que frio ou húmido, ou no exterior.



Imagem 63 | Utilização da Tigela de Fermentação

## Pães de Estação

De forma a tirar partido das características do Forno de Mesa, iniciou-se um processo de procura de receitas que pudessem ser nele confeccionadas, para além das açordas de bolso. O pão continua a ter o papel central neste processo exploratório, pela importância que teve sempre na cozinha alentejana. Desta forma, foram estudados e explorados vários pães, que usassem diferentes tipos de farinhas provenientes de alimentos endógenos. Chegou-se então a um conjunto de pães recheados, doces e salgados, que foram chamados de pães de estação, uma vez que cada um deles utiliza alimentos sazonais referentes a cada estação do ano. A sazonalidade dos alimentos utilizados na sua confecção leva a uma variação rica de sabores mediante a altura do ano em que são confeccionados.

### Pães Salgados

Pão de Outono – Pão de grão com tomate seco, ovo e azeitonas.

Pão de Inverno – Pão de bolota com espargos e queijo de cabra.

Pão de Primavera – Pão de trigo com túberas e ovos.

Pão de Verão – Pão de trigo com carrasquinhas e torresmos.

### Pães Doces

Pão de Outono – Pão de batata doce com marmelada.

Pão de Inverno – Pão de bolota com mel.

Pão de Primavera – Pão de aveia com água mel.

Pão de Verão – Pão de milho com figos.

Cada um destes pães reflecte os sabores típicos alentejanos da estação do ano em que são sugeridos; são pequenas refeições que podem ser ingeridas num ambiente descontraído, podendo igualmente ser facilmente transportadas.



Imagem 64 | Pão salgado de Outono

---

## MOMENTO DE TESTE

---

No sentido de testar e validar os objectos desenvolvidos ao longo deste processo, realizou-se um momento de teste, em que se experimentou de que forma o forno de mesa e restantes objectos poderiam proporcionar um momento de degustação e partilha. Para tal, foi escolhido um local na Herdade de Cabrelões, na freguesia de Cabrela, perto do local onde é costume celebrar-se a 2ª feira de Páscoa. O local escolhido é marcado pela presença de um sobreiro de grandes dimensões, elemento de identidade desta herdade.

Para a realização deste momento de teste, foi convidado um grupo de seis pessoas, por se considerar que é um número que simula um jantar de partilha entre amigos. Aproveitou-se também esta ocasião para testar o número máximo de pessoas a que um Forno de Mesa pode responder. Chegando-se à conclusão que quatro, é o número ideal de pessoas por forno.

Na realização do evento foram utilizadas duas mesas cedidas pela Junta de Freguesia de Cabrela, e dez cadeiras cedidas pela Casa do Povo de Cabrela.























CONCLUSÕES

---

## CONCLUSÕES FINAIS

---

A cozedura de alimentos em brasas é uma técnica ancestral da gastronomia tradicional alentejana, desde os cozidos e sopas feitas em panelas de barro ao lume, em casa e nos locais de trabalho (no campo), ao pão cozido em forno de lenha, esta era a prática comum para cozinhar os alimentos. Hoje em dia esta forma de cozinhar encontra-se em desuso, por falta de tempo e de meios para a sua utilização. Apesar de não ser de facto uma forma rápida de cozinhar e de poder não corresponder às expectativas diárias contemporâneas, as suas características e o sabor que confere aos alimentos, são motivo suficiente para que, ainda que não diariamente, esta técnica de preparação dos alimentos continue a ser utilizada na cozinha contemporânea.

Na procura da criação de momentos de fruição relacionados com a gastronomia e o modo de ser alentejano, todos os caminhos apontaram para uma solução que permitisse ao utilizador desfrutar ao máximo o tempo, quer da preparação quer da fruição de uma refeição. Na pesquisa e reunião de pressupostos, o lume e a mesa revelaram-se sempre como pontos de reunião e partilha entre as famílias e amigos, então concluiu-se que, para o desenvolvimento deste projecto, estes seriam os dois pontos de maior importância a trabalhar.

Desta forma, surgiu o Forno de Mesa, o objecto central deste projecto que une estas duas situações, o lume e a mesa, materializando-se num objecto portátil, que permite que os alimentos que vamos ingerir sejam cozinhados à nossa frente, no local onde serão depois degustados. O momento de partilha da refeição começa durante a sua preparação, com o acender do lume no forno, a preparação das brasas e todos os processos de cozedura que podemos utilizar a partir deste objecto.

O Forno de Mesa, bem como os seus objectos complementares, permitem, pela sua portabilidade, uma nova forma de cozinhar ao ar livre, convidam os utilizadores a partirem com eles e com as pessoas que mais gostam para o seu local favorito, e lá preparar e desfrutar uma, ou várias refeições. Estes objectos procuram oferecer tempo de qualidade a quem os utiliza, uma preparação e confeção lenta dos alimentos que oferece, a quem os usa, momentos de espera partilhados, intercalados com momentos de degustação de alimentos e sabores sazonais.

No decorrer deste projecto concluiu-se que a poética do Alentejo e do modo de ser alentejano não é apenas uma visão longínqua de um tempo que já não existe, ela está entranhada na cultura deste povo até aos dias que correm e permite uma abordagem projectual rica em contexto e funcionalidades.

---

## DESENVOLVIMENTOS FUTUROS

---

| Após a finalização deste mestrado pretende-se que o projecto desenvolvido tenha uma continuidade, quer no sentido da sua produção juntamente dos produtores locais, quer na sua possível comercialização.

| Para que a comercialização destes objectos possa funcionar é importante que o seu preço não seja demasiado alto. Para que isto possa acontecer, é importante que os custos de produção das peças baixem relativamente àquilo que foi conseguido até ao momento. Sendo que o principal custo de produção das peças é a pasta cerâmica refractária, o processo para baixar custos pode passar por negociar o preço, mediante a aquisição de maiores quantidades de pasta junto do fornecedor ou até mesmo experimentar pastas de custo inferior, de forma a conseguir o mesmo resultado de uma forma mais económica.

| Deverá continuar-se a desenvolver trabalho no sentido de aprofundar o conhecimento do comportamento térmico do forno, de forma a poder otimizar a sua aplicação à confecção de novos pratos.

| O evento criado para a realização das fotografias apresentadas, sugere que pode ter também interesse explorar esta via, a da realização de eventos gastronómicos no Alentejo, com vista em atrair turistas e fazer uma divulgação do seu património imaterial e gastronómico.

| Para além deste projecto, o interesse no desenvolvimento de objectos que possam funcionar como motor para a criação de momentos de bem-estar, tem vindo a revelar-se cada vez de maior importância no meu percurso profissional. Neste sentido, pretendo continuar a explorar outras tipologias de objectos que abordem este tema.

| O processo levado a cabo para a concretização deste projecto, despertou também um interesse crescente sobre o relacionamento das pessoas com a alimentação e com a cultura local. Considera-se que este corpo de trabalho poderá abrir caminho para o desenvolvimento de novos projectos enraizados nas culturas locais, para além da alentejana, e seu relacionamento com a gastronomia.

---

## BIBLIOGRAFIA

---

- | Barrelas, Elvira (1995). *Monografia Social da Freguesia de Cabrela*. Monografia de final de Curso. Évora: Universidade de Évora
- | Beauchamp, Alex (2013). from <http://hyggehouse.com>
- | Confraria Gastronómica do Alentejo (2013). *Carta Gastronómica do Alentejo Monumenta Transtaganae Gastronómica*. In Torres, C. Memória dos sabores do Mediterrâneo (pp 43, 46). Beja: Entidade regional de turismo do Alentejo.
- | Confraria Gastronómica do Alentejo (2013). *Carta Gastronómica do Alentejo Monumenta Transtaganae Gastronómica*. In Carvalho, G. Saberes e Sabores do Alentejo (pp 47, 50). Beja: Entidade regional de turismo do Alentejo.
- | Confraria Gastronómica do Alentejo (2013). *Carta Gastronómica do Alentejo Monumenta Transtaganae Gastronómica*. In Goes, M. Comida de Pobres (pp 56, 64). Beja: Entidade regional de turismo do Alentejo.
- | Frayling, Christopher (1994). *Research in art and design*. Royal College of art Research Papers 1(1), 1-5
- | Guimarães, M. (1990). *Comeres alentejanos*. Lisboa: Quetzal Editores.
- | Guixé, M., Rofes, O., Knölke, I., & Swartz, J. (2010). *Food designing*. Mantova, Italy: Corraini Edizioni.
- | IPDT (2011). *Intenções de férias para o verão de 2011*. IPDT
- | IPDT (2007). *Case study Baixo Alentejo*. IPDT
- | Klanten, R. (2011). *Delicate: new food culture*. Berlin: Gestalten.
- | Lassandro, Gionatan (2011). *A "Food Designer"? Whatt's That?* From <http://www.finedininglovers.com/blog/points-of-view/food-design-contest/>
- | Plácido, Jr., J. e Sónia, Calheiros. (2012, Fevereiro, 9). *A arte da marmita*. Visão, nº988, pp 74,80.
- | Picão, J. d. (1947). *Através dos campos: usos e costumes agrícola-alentejanos ; concelho de Elnas* (2. ed.). Lisboa: Neogravura.

- | Saramago, A. (2001). *Concurso de cozinha alentejana: as melhores receitas*. Evora: Câmara Municipal.
- | Saramago, A. & Fialho, M. (1998). *Cozinha Alentejana*. Lisboa: Assírio & Alvim.
- | Thackara, J. (2005). *In the bubble: Designing in a complex world*. Cambridge, Mass.: MIT Press.
- | Thomsen B, Louisa (2013). *Hygge* from <http://hygge.co>
- | Vacas, M. (1944). *Aspectos antropogeográficos do Alentejo*. Coimbra: Faculdade de letras.
- | Valagão, M. (2010). *Natureza, Gastronomia e Lazer*. Lisboa: Edições Colibri
- | Vezzoli, C., Vezzoli, C., Manzini, E., & Manzini, E. (2008). *Design for environmental sustainability*. London: Springer.
- | Vogelzang, M., & Schouwenberg, L. (2008). *Eat love: food concepts*. Amsterdam: BIS books.
- | Weir and Johnson (2007). Denmark: *The happiest place on Earth* from <http://abcnews.go.com/2020/story?id=4086092>
- | Williams, N., & Payne, R. (2013). *The Kinfolk table: recipes for small gatherings*. New York: Artisan.
- | Zampollo, Francesca (s.d.). *What is Food Design?* From: <http://francesca-zampollo.com/food-design/4549494594>

---

## ÍNDICE DE IMAGENS

---

**Imagem 01 | Sobreiro Herdade de Cabrelões**

Fotografia por Joana Barrelas (2013)

**Imagem 02 | Sopas de Beldroegas**

Fonte: <http://www.flickr.com/photos/cakaubijus/3966172229/>

**Imagem 03 | “La Ruotta delle stagioni” – ToDo**

Fonte: <http://www.todo.to.it/projectDetail.php?id=9&changelanguage=it>

**Imagem 04 | “Oranienbaum lollipop”- Martí Guixé**

Fonte: <http://www.food-designing.com/01-food.htm>

**Imagem 05 | Pessegueiros em flor**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 06 | Kinfolk magazine Manifesto**

Fonte: <http://www.kinfolk.com/film/kinfolk-manifesto/>  
Steel de vídeo 0:00 min

**Imagem 07 | Kinfolk Vídeo “A Ode to Summer”**

Fonte: <http://vimeo.com/kinfolk>  
Steel de vídeo 0:00 min

**Imagem 08 | Kinfolk Volume 4**

Fonte: <http://www.kinfolk.com/shop/magazine/kinfolk-issue-four/>

**Imagem 09 | Cooking Aplications, Casper Tolhuisen**

Fonte: <http://studiocaspertolhuisen.nl/2012/07/collection/studiocaspertolhuisen3/>

**Imagem 10 | Chulha stove**

Fonte: <http://www.dezeen.com/2009/08/29/chulha-by-philips-design/>

**Imagem 11 | Chulha Stove-Esquema de montagem**

Fonte: <http://www.dezeen.com/2009/08/29/chulha-by-philips-design/>

**Imagem 12 | Outdooroven, Weltevre**

Fonte: <http://www.dutchliving.com/portfolio/outdooroven/>

**Imagem 13 | Dutchtub, Weltevre**

Fonte: <http://www.toxel.com/tech/2012/11/17/wood-burning-hot-tub/>

**Imagem 14 | Evento Outstanding in the field**

Fonte: <http://honestcooking.com/outstanding-in-the-field-coming-to-brazil/>

**Imagem 15 | “Autarchy” Formafantasma**

Fonte: [http://www.formafantasma.com/autarchy\\_installation.html](http://www.formafantasma.com/autarchy_installation.html)

**Imagem 16 | “Baked” Formafantasma**

Fonte: [http://www.formafantasma.com/home\\_baked.html](http://www.formafantasma.com/home_baked.html)

**Imagem 17 | “Eat Love Budapeste” Marije Vogelzang**

Fonte: [http://www.marijevogelzang.nl/studio/performances/Pages/EAT\\_LOVE\\_BUDAPEST.html#0](http://www.marijevogelzang.nl/studio/performances/Pages/EAT_LOVE_BUDAPEST.html#0)

**Imagem 18 | Fotografia Momento de teste**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 19 | Preparação de almoço no campo**

Fonte: <http://alentejodoamilcar.blogspot.pt/2009/10/trajos-alentejanos.html>

**Imagem 20 | Adiafa no ano de 1984**

Fotografia por José Barrelas (1984)

**Imagem 21 | 2ª feira de Páscoa no ano de 1978**

Fotografia por José Barrelas (1978)

**Imagem 22 | Preparação das açordas de Bolso**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 23 | Açorda de Bolso**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 24 | Protótipo funcional 1**

Fotografia pelo Autor (2012)

**Imagem 25 | Protótipo funcional 1**

Fotografia pelo Autor (2012)

**Imagem 26 | Protótipo funcional 1**

**Fotografia pelo Autor (2012)**

**Imagem 27 | Protótipo funcional 2**

Fotografia pelo Autor (2012)

**Imagem 28 | Protótipo funcional 2**

Fotografia pelo Autor (2012)

**Imagem 29 | Maqueta funcional 1**

**Fotografia pelo Autor (2012)**

**Imagem 30 | Termómetro de forno**

Fotografia pelo Autor (2012)

**Imagem 31 | Execução de modelo para campânula**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 32 | Modelo para campânula**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 33 | Moldes**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 34 | Peça inferior retirada do molde**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 35 | Campânula retirada do molde**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 36 | Peça inferior colocada no forno**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 37 | Protótipo funcional 3**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 38 | Protótipo funcional 3**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 39 | Colapso protótipo funcional 3**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 40 | Colapso protótipo funcional 3**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 41 | Processo de embebimento da peça**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 42 | Esquema sistema de isolamento**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 43 | Esquema sistema de isolamento**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 44 | Campânula**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 45 | Disco de Refractário**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 46 | Processo Produtivo com o Mestre Tavares**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 47 | Processo Produtivo com o Mestre Tavares**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 48 | Forno de Mesa**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 49 | Estrutura metálica para apoio de forno e campânula**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 50 | Funcionamento do Forno**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 51 | Forno de Mesa**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 52 | Panela**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 53 | Panela em utilização**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 54 | Carrasquinhas**

Fonte: <http://omelhoralentejodomundo.blogspot.pt/2013/05/cozido-de-grao-com-carrasquinhas.html>

**Imagem 55 | Beldroegas**

Fonte: <http://clem-floresefrutas.blogspot.pt/2010/09/beldroega.html>

**Imagem 56 | Túberas**

Fonte: <http://nelson-banza.blogspot.pt/p/receitas-alentejanas.html>

**Imagem 57 | Escorcioneira**

Fonte: [http://nittygrits.org/scorsonere\\_despaigne](http://nittygrits.org/scorsonere_despaigne)

**Imagem 58 | Espargos bravos**

Fonte: <http://www.cincoquartosdelaranja.com/2011/03/missao-laranjinha-restaurante-cadeia.html>

**Imagem 59 | Rede de fibra de vidro para uso culinário**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 60 | União da rede ao aro de fibras vegetais**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 61 | Secagem de Alecrim**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 62 | Secagem de Tomate**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 63 | Utilização da Tigela de Fermentação**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 64 | Pão salgado de Outono**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 65 a 74 | Fotografias, Momento de teste**

Fotografia pelo Autor (2013)

**Imagem 75 | Brinde Final - Fotografia, Momento de teste**

Fotografia pelo Autor (2013)



