

PARA USAR COM OS ALUNOS

Culinária e diversidade cultural: explore os sabores da China com seus alunos

Com a ajuda da finalista do MasterChef Jiang Pu, preparamos um diário alimentar de uma típica criança chinesa e selecionamos duas receitas fáceis de serem reproduzidas. Confira também um passo a passo de como trabalhar o tema com as turmas de Fundamental 1

Dimalice Nunes



Ilustração: Victoria Mitie Koki/NOVA ESCOLA

Uma sopa de macarrão de arroz com carne por volta das 7h da manhã, arroz e muitos legumes no almoço e um jantar semelhante, mas por volta das 17h30. Essas são as lembranças que a chef de cozinha e finalista do reality show culinário MasterChef, Jiang Pu, guarda de sua infância na cidade de Guilin, província de Guangxi, no sul da China.

A região é quente e fértil, por isso o arroz é a base de sua culinária. “Nas regiões mais frias, onde há o cultivo de trigo, o consumo de arroz é parcialmente substituído pelo pão e o macarrão. E o consumo de carne também é maior”, conta Jiang. Sua terra natal é também o berço de um dos pratos mais famosos da China, o Guilin Noodles, a sopa de macarrão de arroz e carne típica do café da manhã por lá.

Os horários das refeições e o abundante consumo de vegetais são, para Jiang, a maior diferença entre os hábitos alimentares das crianças chinesas e brasileiras. Ela também afirma que a carne bovina é

mais consumida hoje na China se comparada à época em que ela morava lá. “Os temperos também são bem diferentes, além da quantidade de carne nas refeições”, ressalta. Vinte anos depois de vir para o Brasil, Jiang sente falta justamente daquilo que faz muitas crianças torcerem o nariz: os vegetais. “Sinto falta do hábito de consumir mais verduras, folhas verdes, lá tem muitos tipos que são consumidos salteados. A comida brasileira é mais pesada se comparada à chinesa, as porções são maiores e com mais carne”, compara.

Além do tamanho das porções, o formato do corte da carne é diferente. Enquanto consumimos bifes e assados, lá a carne, de todos os tipos, é servida picada ou em tiras, já que o utensílio usado na alimentação é o hashi, os famosos “palitinhos”. Em sua infância e na sua região as carnes brancas eram mais comuns, como as de frango e peixes. Além disso, os ovos são importante fonte de proteína, servidos cozidos e em omeletes chinesas.

A disciplina e o coletivismo que marcam diversas culturas asiáticas é outra lembrança de Jiang. Nas escolas públicas chinesas as crianças participam das refeições ajudando a servir os pratos e a retirar os utensílios das mesas depois de usados. Jiang conta uma particularidade da escola que frequentou na infância: cada aluno levava seus próprios utensílios, como talheres e potinhos para a comida ser servida. E as próprias crianças eram responsáveis pela limpeza de seus utensílios.

Confira abaixo um diário alimentar de uma criança chinesa e duas receitas típicas chinesas fáceis de serem reproduzidas.

BAIXE O DIÁRIO E AS RECEITAS

Como trabalhar a culinária chinesa com os alunos

A professora de Geografia Karina Steluti, do Time de Autores de NOVA ESCOLA, elaborou um passo a passo para trabalhar a culinária chinesa no contexto do ensino remoto. Além da Geografia, a atividade envolve também habilidades de Arte e Língua Portuguesa do Fundamental 1. A atividade foi inspirada no plano de aula **“Alimentos e receitas de origem indígena”**.



Atividade: cozinhando um típico prato chinês

Com o apoio das famílias, incentive os alunos de Fundamental 1 a conhecer mais sobre a China a partir de sua culinária

Indicado para: 3º, 4º e 5º anos

Materiais: Plataforma síncrona como **Google Meet** e **Zoom**; **Google Maps**; vídeos sobre culinária chinesa (confira abaixo); ingredientes e utensílios de cozinha para preparo de um prato chinês com o apoio da família.

Habilidades e competências trabalhadas:

(EF04GE01) Selecionar, em seus lugares de vivência e em suas histórias familiares e/ou da comunidade, elementos de distintas culturas (indígenas, afro-brasileiras, de outras regiões do país, latino-americanas, europeias, asiáticas etc.), valorizando o que é próprio em cada uma delas e sua contribuição para a formação da cultura local, regional e brasileira.

(EF15AR24) Caracterizar e experimentar brinquedos, brincadeiras, jogos, danças, canções e histórias de diferentes matrizes estéticas e culturais.

(EF03LP15) Assistir, em vídeo digital, a programa de culinária infantil e, a partir dele, planejar e produzir receitas em áudio ou vídeo

PASSO A PASSO

1. Apresente aos alunos um pouco da cultura chinesa e de sua culinária. Na aula virtual síncrona,

apresente aspectos da culinária chinesa, identificando pontos de diferença e semelhança com o que consumimos rotineiramente no Brasil. Diferencie China e Japão, apontando a localização dos países no **mapa**. Faça colocações sobre a variedade dos hábitos alimentares na população. Conte que muitos chineses emigraram para o Brasil e trouxeram hábitos e costumes. Além disso, muito da alimentação original foi adaptada com ingredientes do Brasil, ou seja, houve a mistura de culturas.

2. O que os alunos sabem sobre a culinária chinesa? Incentive os alunos a falarem de suas experiências, do que conhecem sobre a China e sua culinária. Questões para estimular os alunos:

- Vocês conhecem alguma pessoa que tenha parentes chineses?
- Conhecem alguém que se parece com um chinês?
- Conhecem comida chinesa? Onde já viram? Já comeu um prato chinês em casa?

3. Amplie o repertório dos alunos. Para construir repertório e contextualizar o tema, apresente um vídeo de culinária chinesa ou um mural de fotos virtual. Abaixo, confira duas sugestões de vídeos para compartilhar com a turma.



Vídeo: <https://www.youtube.com/embed/fVf1MrOBgBg>



Vídeo: https://www.youtube.com/embed/AJ9X_sQhRyl

4. Mão na massa. Peça antecipadamente que os alunos tenham uma conversa com a família sobre hábitos alimentares chineses que estão presentes em seu cotidiano. A proposta é que os alunos escolham um prato típico da culinária chinesa conhecido ou já consumido em casa. Na sequência, eles devem fazer a preparação do prato com a ajuda de um dos familiares e registrar por vídeo ou fotografia o processo.

5. Crie um mural virtual com as receitas. Proponha a construção de um mural virtual para que as experiências sejam compartilhadas com os colegas. Isso pode acontecer em uma aula síncrona ou pelo WhatsApp.

6. Sistematização. Em uma nova rodada de conversa, questione os alunos sobre o que aprenderam com a experiência e o que passaram a compreender da cultura chinesa. A partir dos pontos identificados, é possível convidá-los a preparar mais um prato chinês, **Ovos salteados com tomate**, que leva ingredientes muito comuns nas casas brasileiras (confira a receita aqui).

BAIXE O DIÁRIO E AS RECEITAS

