



## HISTORY OF THE CHICKEN WITH OKRA AND ANGU DISH

Fernanda da Silva Aniceto Arbex

**ABSTRACT:** The dish chicken with okra and angu is very common and appreciated in the state of Minas Gerais. This article seeks to find the origin of the dish's ingredients, clarify how they spread throughout Brazil and report the historical events and cultural factors that led to the preparation of the recipe as well as its dissemination. The methodology employed was a bibliographical review, through which we discovered that no ingredient is native to Brazil, but that the arrival of African and European peoples, who brought their seeds and knowledge, combined with the culinary techniques of the indigenous people, and, subsequently, with the colonization of the Brazil, allowed the invention of this preparation, which is simple and does not please all palates, but which is loved by those who appreciate it.

**Key words:** Chicken; hen; okra; angu; Minas Gerais

## HISTÓRIA DO PRATO GALINHA COM QUIABO E ANGU

Fernanda da Silva Aniceto Arbex<sup>1</sup>

**RESUMO:** O prato galinha com quiabo e angu é muito comum e apreciado no estado de Minas Gerais. Este artigo visa buscar a origem dos ingredientes do prato, esclarecer como se difundiram pelo Brasil e relatar os acontecimentos históricos e fatores culturais que levaram à elaboração da receita, bem como à sua difusão. A metodologia empregada foi a revisão bibliográfica, através da qual descobrimos que nenhum ingrediente é nativo do Brasil mas que a vinda de povos africanos e europeus, que trouxeram suas sementes e saberes, aliada às técnicas culinárias dos indígenas, e, posteriormente, à colonização do Brasil, permitiram a invenção deste preparo, que é simples e não agrada a todos os paladares, mas que é amado por aqueles que apreciam.

**Palavras-chave:** Galinha; frango; quiabo; angu; Minas Gerais

---

<sup>1</sup> Graduada em gastronomia/ Centro Universitário Braz Cubas  
(fernandaniceto@gmail.com)

**DOI:** <https://doi.org/10.59130/2965-128X-V01-N01-V201-GALINHA>

## INTRODUÇÃO

A culinária brasileira foi formada pela junção de várias etnias, sendo as principais a portuguesa, a indígena e a africana.

Este trabalho abordará a origem do prato Galinha com Quiabo e Angu, visitando a origem dos ingredientes, o contexto histórico de quando o prato foi criado e culminando em seu estabelecimento na culinária brasileira, principalmente na típica de Minas Gerais.

A apreciação do prato neste estado é datada de uma época distante, antes mesmo da independência do Brasil, conforme relatado por Alves Filho e Giovanni, citando a crítica de Saint-Hilaire à viscosidade do prato que provou em visita a Minas Gerais neste período histórico e também o elogio emocionado de Guimarães Rosa ao comer o mesmo prato - Cozinha brasileira (Com recheio de história), p. 46 e 47.

Fotografia 1 - Frango com quiabo e polenta



Fonte: Revista Sou Guarapari

Este trabalho foi originalmente elaborado para a disciplina História da Alimentação e da Gastronomia, do curso de Gastronomia na modalidade semi-presencial da faculdade Braz Cubas. A proposta do professor para este trabalho foi de elaborar um texto acadêmico destacando o objeto de pesquisa e um breve relato histórico, ressaltando as características do período de sua elaboração.

O prato Galinha com Quiabo e Angu foi escolhido como objeto da pesquisa porque faz parte das tradições familiares da autora. Seu pai, de origem mineira, é o principal cozinheiro da família, tendo inspirado a autora a seguir carreira na área da Gastronomia. Além disso, o prato é um de seus preferidos, confirmando sua característica de comida afetiva e reconfortante.

Acredita-se que este estudo se faz relevante para eliminar, ou ao menos reduzir, o preconceito existente contra a preparação, por suas características simples e sabores pouco complexos.

A metodologia empregada foi a revisão bibliográfica tendo como principal material de pesquisa o livro *História da Alimentação no Brasil*, de Câmara Cascudo, que é um grande marco nos estudos sociológicos sobre a alimentação brasileira.

O objetivo aqui foi revisar a história do Brasil com um olhar sobre os alimentos aqui cultivados, suas origens, e a formação da culinária brasileira e regional, com destaque para o prato Galinha com Quiabo e Angu.

O ensaio está estruturado em duas seções. A primeira discorre sobre a origem dos ingredientes que performam o prato estudado, já a segunda seção dá conta de narrar as combinações dos ingredientes até a materialidade do prato.

## ORIGEM DOS INGREDIENTES

Como mencionado, a culinária brasileira teve a influência de várias culturas. O prato aqui abordado tem como ingredientes o quiabo - de origem africana, a galinha - de origem portuguesa, e o milho - de origem americana.

Em 1500, com a chegada dos portugueses ao Brasil, a galinha foi apresentada aos nativos, conforme narra Pero Vaz de Caminha em sua carta a Portugal, em 1º de maio desse ano:

Mostraram-lhes (aos índios) um papagaio pardo que o Capitão traz consigo; tomaram-no logo na mão e acenaram para a terra, como quem diz que os havia ali. Mostraram-lhes um carneiro; não fizeram caso. Mostraram-lhes uma galinha; quase tiveram medo dela: não lhe queriam pôr a mão e depois a tomaram como que espantados. (CAMINHA, 1500 apud ALVES FILHO; GIOVANNI, 2015, P. 44).

Ainda conforme relato de Pero Vaz de Caminha (1943 apud CASCUDO, 1967, p. 75) a respeito da economia doméstica dos indígenas habitantes do Brasil: “Eles não lavram, nem criam. Não há aqui boi, nem vaca, nem cabra, nem ovelha, nem galinha, nem qualquer outra alimária, que costumada seja ao viver dos homens.”

Ao que consta nos registros históricos, a criação de galinhas foi se tornando comum no Brasil ao longo do tempo. Câmara Cascudo cita o Brandônio, em *Os Diálogos das Grandezas do Brasil*, a respeito da farinha, no qual também podemos perceber o uso desta ave na culinária:

[...] e se faz dela (carimã) uma excelente farinha, de que se fazem umas papas em caldo de galinha e de peixe, e também com açúcar; as quais são de maravilhoso gosto e de muito nutrimento, e também se aplicam para mantimento de enfermos com muita vitalidade dos tais, e este semelhante manjar dão por nome mingau. (ABREU, 1930 apud CASCUDO, 1967, P.107)

O segundo ingrediente que compõe o prato é o quiabo. Vindo da África, era originalmente chamado de quingombo.

Como mencionado por Khatounian (2012, p. 4), a mão de obra nos engenhos de açúcar deixou de ser indígena e foi substituída pelos escravos a partir de 1600. Provavelmente trazido pelos traficantes de escravos, o quiabo adaptou-se bem ao clima brasileiro.

Conforme citado por Alves Filho e Di Giovanni no livro *Cozinha Brasileira* (com recheio de história), o cronista Sebastião da Rocha Pitta escrevia que “das ervas naturais comestíveis são principais os quiabos”, e também Frei Santa Rita Durão, em “Caramuru”, escreve que “nas comestíveis ervas é o louvado quiabo”.

Câmara Cascudo, em sua obra “História da Alimentação no Brasil” também destaca:

A intensificação do tráfico de escravos, da segunda metade do século XVIII à primeira metade do século imediato provocou e facilitou a vinda para o Brasil e a ida para a África de grande cópia de plantas alimentares, notadamente d'África Ocidental. A população negra vivendo no Brasil determinaria a exigência humilde de certos vegetais familiares. Os mais populares foram: - os hibiscos, o quiabo, quingombô, gombô (*hibiscus esculentus L.* ), a vinagreira (*Hibiscus sabdariffa L.*), quiabo de Angola, Caruru da Guiné [...] (CASCUDO, 1967, p. 243)

Saint-Hilaire faz menção (mesmo que pejorativa) ao terceiro elemento do prato descrito neste trabalho, o angu. “Um dos pratos favoritos dos mineiros é a galinha cozida com os frutos do quiabo, de que se desprende uma mucilagem espessa semelhante à cola; mas os quiabos não se comem com prazer senão acompanhados de angu, uma espécie de polenta sem sabor.” (SAINT-HILAIRE, 1938)

Para entendermos a origem deste preparo é necessário antes investigar seu principal ingrediente, o milho, do qual se faz a farinha e finalmente o fubá.

É sabido que o milho é originário das Américas, sendo estranho aos europeus quando aqui chegaram. Porém, conforme destaca Cascudo (1967, p.113), “O milho era uma presença na alimentação indígena mas não constituía determinante como a onipoderosa mandioca e a macaxeira (aipim), amável e fácil.” Acrescenta ainda que “Não teve, no Brasil [o milho], o domínio da orla do Pacífico, América Central e do Norte, onde era soberano absoluto mas pertencia à classe dos familiares que não atingem o posto da indispensabilidade.”

Gabriel Soares de Sousa, em seu tratado de 1587, citado por Câmara Cascudo, relata a característica de alimento familiar mas não indispensável do milho: “Plantam os portugueses este milho para manutenção dos cavalos, a criação das galinhas e cabras, ovelhas e porcos; e aos negros de Guiné o dão por fruta, os quais o não querem por mantimento sendo o melhor da sua terra.” (SOUSA, 1587 apud CASCUDO, 1967, p.113)

Na mesma época, conforme relato de Jean de Lery em meados do século XVI, citado por Câmara Cascudo (1967, p.114), já era feita a farinha de milho “que se coze e se come como as outras.”

Já sobre a origem do angu, podemos citar que o milho foi levado à Europa logo após a chegada dos europeus às Américas, por onde sua plantação se expandiu e ganhou popularidade. Câmara Cascudo relata:

Quando o milho americano, o legítimo “*Zea Mayz*”, chegou à Europa, na segunda década do século XVI, teve nome de *gros millet*, milho grosso, milho para distinguir-se do miúdo, o milho histórico europeu. Confundindo-se com o trigo, dizia-se blé da Turquia, de Espanha, das índias, milho-”marrocos”, para espécies do panicum cuja glória o *mayz* herdou por convergência simpática. Alastrou-se rapidamente, reinando nas cozinhas pobres e ricas, substituindo os tipos primitivos, e fornecendo os gaudes na Bresse e Franco-Condado, milias no sul da França, polenta na Itália, mamaliga na Romênia, as papas e broas na Espanha e Portugal, caldos, farinha, pão.” (CASCUDO, 1967, p.116)

Nota-se então que, apesar da origem americana do milho, na Europa e na África surgiram as preparações mais sofisticadas com o ingrediente. Câmara Cascudo afirma, sobre a dieta africana, que “O *Zea mayz* figuraria, a partir do século XVI, como um elemento fundamental, dando o angu dos bantos e o eko dos sudaneses, acompanhando o negro desde a primeira idade.

## A COMBINAÇÃO DOS INGREDIENTES

Anteriormente, mencionamos a origem de cada um dos ingredientes que compõem o prato Galinha com Quiabo e Angu, comprovando-se assim a sua brasilidade pela influência das três culturas formadoras deste país - a africana, a portuguesa e a indígena. Vamos agora tratar da combinação destes ingredientes que veio a formar o prato em estudo.

Por volta de 1600, a mão-de-obra nos engenhos de açúcar era predominantemente negra (KHATOUNIAN, 2012, p. 4) . Inicia-se aí o hábito de plantar e comer quiabo, vindo da África. Já o milho tornou-se comum na dieta brasileira, principalmente no interior do continente, especificamente no sertão nordestino, substituindo a mandioca, que era mais comum pela costa. Khatounian destaca que:

O milho também ganhou importância no Planalto Paulista, mas por motivos climáticos diferentes dos do semi-árido. Nas montanhas do sudeste fazia mais frio, sendo o período quente insuficiente para uma boa produção de mandioca, mas suficiente para um rendimento satisfatório do milho. (KHATOUNIAN, 2012, p. 6)

Além do nordeste, o milho também ganhou importância no Planalto Paulista devido ao clima mais frio ser impróprio também para o plantio da mandioca. Khatounian relata que:

Economicamente estagnada, a povoação do planalto não era atrativa para os portugueses, nem gerava recursos para importação de negros da Guiné. [...] Aqui o milho foi aproveitado para produzir farinha, com técnica análoga à que se empregava para a farinha de mandioca.” (KHATOUNIAN, 2012, p.6-7)

Devido à falta de recursos da região, iniciou-se uma exploração do continente em busca de escravos índios, e pedras e metais preciosos, ocorrendo então a exploração das Minas Gerais.

Sobre este período, Khatounian também relata que:

Para o abastecimento alimentar da região das minas convinham produtos concentrados, de pouco volume, fáceis de transportar e armazenar. Assim, estabeleceu-se o fornecimento de milho em grão, que, para ser transformado em comida, era reduzido a farinha em uma mó, daí resultando o fubá. O angu referido por Saint Hilaire é o fubá cozido em água. Os índios não conheciam nem angu nem fubá. Ambas palavras, angu e fubá, são de origem africana, dos escravos levados a trabalhar nas minas. Preparações similares foram desenvolvidas em outras regiões do mundo onde o milho se tornou o cereal básico da alimentação, como a polenta italiana, o ugali do leste africano, e a mamaliga romena. (KHATOUNIAN, 2012, p.8)

Para se compreender a formação do prato se faz necessário, segundo Khatounian (2012), para a História da Alimentação, a qual divide-se no Brasil em diferentes fases, sendo a primeira, anterior ao descobrimento pelos portugueses, exclusivamente dependente da biodiversidade americana e da técnica culinária dos indígenas. Após a chegada dos portugueses e dos africanos, entre outros, dá-se início a combinação de culturas culinárias. Sobre isso, o autor afirma:

Uma segunda fase [da história da alimentação no Brasil] foi a recriação culinária desse encontro de diferentes tradições, ocorrida intensamente das últimas décadas de 1500 até o início dos 1800. Nessa segunda fase, da combinação de técnicas e produtos que nunca se haviam encontrado antes, nasceram produtos que os brasileiros hoje reconhecem com sua identidade culinária. [...] o angu, o frango com quiabo [...] (KHATOUNIAN, 2012, p. 33)

Alves Filho e Giovanni (2015) destacam que esse hibridismo de tradições não foi muito bem assimilado por alguns viajantes e cronistas europeus. Conforme vimos anteriormente, Saint-Hilaire foi um destes. Por outro lado, os autores também destacam um admirador do prato, o escritor João Guimarães Rosa:

Nosso não será o petróleo tanto assim; nossos, bem nossos, são o doce-de-leite e o desfiado de carne seca. Meu - perdoem-me - é aquele prato mineiro verdadeiramente principal: guisado de frango com quiabo e abóbora d'água (ad libitum o jiló) e angu, prato em aquarela, deslizando viscoso como a vida mesma, mas pingante de pimenta." (João Guimarães Rosa).

Atualmente o prato continua sendo muito apreciado, não só pelos mineiros, mas também em outras regiões do Brasil e do mundo. Além disso, é objeto de inovação por parte de chefs que buscam dar uma roupagem nova a pratos tradicionais.

O jornal Estado de Minas publicou uma matéria em que mostra estas inovações, apresentando como exemplo uma releitura da Galinha com Quiabo e Angu:

Veja a transformação do clássico mineiro frango com quiabo e angu. Caio usa a técnica francesa de ballotine para enrolar o peito de frango na sua própria pele e recheá-lo com purê de coração. Antes disso, a carne foi cozida no moderno sous vide e depois será finalizada com a ancestral brasa. O quiabo dá sabor ao molho de pé de frango e também aparece tostado. Já o angu, servido com sifão, fica mais aerado e leve. Parece uma nuvem na boca. (AQUINO, 2022).

Vemos assim que este rico prato provavelmente não se perderá nas memórias de mineiros saudosos, mas tende a se tornar cada vez mais conhecido e valorizado

## CONCLUSÃO

A Galinha com Quiabo e Angu é um prato simples, que não exige muitas técnicas culinárias para o seu preparo, mas que carrega consigo grandes fatos da história do Brasil. Indígenas, negros e portugueses estão ali representados pelos seus ingredientes vindos de terra local ou longínqua, pelo saudosismo das preparações de casa, pela capacidade do solo brasileiro de produzir tanta riqueza e saúde, mas sobretudo pelo gosto de se sentar à mesa com pessoas queridas e saboreá-lo.

Para além de sua história rica, vislumbramos um futuro também valoroso para o prato. As inovadoras técnicas gastronômicas são capazes de conferir ainda mais sabor à preparação. Isso, somado às memórias afetivas de quem conhece o prato ou à descoberta do sabor improvável de ingredientes muitas vezes desconhecidos por aqueles habituados ao fast food, instiga que também as releituras modernas da receita sejam experimentadas e apreciadas, conferindo assim a oportunidade de exploração pelo turismo gastronômico de Minas Gerais.

Galinha com Quiabo e Angu é prato típico regional, mas carrega em si a essência do Brasil, a mescla de culturas, tradições e etnias. É quente e reconfortante, como a boa comida deve ser.

**Artigo recebido em 13 de junho de 2023.**

**Aprovado para publicação em 3 de agosto de 2023.**

## REFERÊNCIAS

- ABREU, Capistrano de. **Diálogos das Grandezas do Brasil**. Rio de Janeiro: Publicações da Academia Brasileira, 1930. In CASCUDO, Luis da Camara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1967. p. 107.
- ALVES FILHO, Ivan; GIOVANNI, Roberto Di. **Cozinha brasileira (Com recheio de história)**. 2ª edição. Rio de Janeiro: Revan, 2015.
- CAMINHA, Pero Vaz de. **Carta de Pero Vaz de Caminha ao Rei D. Manuel**. In CASCUDO, Luis da Camara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1967. p. 75.
- CASCUDO, Luis da Camara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1967.
- DURÃO, José de Santa Rita. **Caramuru: poema épico do descobrimento da Bahia**. Rio de Janeiro: Editor, Maximiliano da C. Honorato, 1878. In ALVES FILHO, Ivan; GIOVANNI, Roberto Di. **Cozinha brasileira (Com recheio de história)**. 2ª edição. Rio de Janeiro: Revan, 2015.
- KHATOUNIAN, Carlos Armênio. Breve história ambiental e sociocultural da alimentação no Brasil. São Paulo: **Revista Agrária**, 2012. Disponível em: <[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5355211/mod\\_resource/content/1/Breve%20his%C3%B3ria%20ambiental%20e%20s%C3%B3cio-cultural%20da%20aliment%C3%A7%C3%A3o%20no%20Brasil%20ago%202016%20texto%20completo.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5355211/mod_resource/content/1/Breve%20his%C3%B3ria%20ambiental%20e%20s%C3%B3cio-cultural%20da%20aliment%C3%A7%C3%A3o%20no%20Brasil%20ago%202016%20texto%20completo.pdf)>.
- LERY, Jean de. **Viagem à Terra do Brasil**. São Paulo: Livraria Martins, 1945. In CASCUDO, Luis da Camara. **História da alimentação no Brasil**. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 1967.
- MARRACINI, Soraia. Frango com Quiabo. **Revista Sou Guarapari**. Outubro/2020. Disponível em: <<https://www.revistasou.com.br/frango-com-quiabo/>>.
- PITA, Sebastião da Rocha. **Historia da America Portuguesa, desde o anno de mil e quinhentos do seu descobrimento, até de mil e setecentos e vinte e quatro**. Lisboa: Officina de Joseph Antonio da Sylva, Impressor da Academia Real, 1730.
- SAINT-HILAIRE, Auguste. **Viagens pelas províncias do Rio de Janeiro e Minas Gerais**. Rio de Janeiro: Brasileira, 1938.
- SOUSA, Gabriel Soares de. **Notícia do Brasil**. São Paulo: Livraria Martins Editora.