

ARARUTA, MEMÓRIA E RESISTÊNCIA: SABERES E MODOS DE FAZER QUILOMBOLA NA REGIÃO DO RIO TROMBETAS, AMAZÔNIA BRASILEIRA

***ARARUTA (ARROWROOT), MEMORY AND RESISTANCE: QUILOMBOLA
KNOWLEDGE AND WAYS OF MAKING IN THE TROMBETAS RIVER
REGION, BRAZILIAN AMAZON***

Isys Heringer Leal^{1*}

Este ensaio fotográfico tem o objetivo de apresentar aspectos do uso da araruta na comunidade quilombola Arancuan do Meio, em Oriximiná, no rio Trombetas, no estado do Pará, a partir de registros produzidos durante trabalho de campo realizado em setembro de 2025. As imagens utilizadas têm a autorização da participante, Ana Maria dos Santos Souza, por meio do Termo de Autorização de Uso de Imagem assinado por ela. As fotografias, aqui, não aparecem apenas como ilustração, mas como parte da própria construção etnográfica, uma vez que, conforme apontam Eckert e Rocha, “a observação direta é sem dúvida a técnica privilegiada para investigar os saberes e as práticas na vida social” (Eckert; Rocha, 2008). Em um ensaio fotográfico dessa natureza, o gesto de observar, acompanhar e registrar também se articula ao trabalho da escrita, entendido como possibilidade de “recriar as formas culturais” e de lhes dar vida novamente em estrutura narrativa (Eckert; Rocha, 2008). Nesse sentido, imagem e texto se aproximam para compor uma narrativa sensível sobre o alimento, o território e as relações que lhes dão sentido, baseado nas práticas alimentares da nossa interlocutora principal, dona Ana Maria dos Santos Souza.

Dona Ana nasceu e foi criada na comunidade Arancuan do Meio, em uma família com 10 irmãos, seis homens e quatro mulheres. Sua mãe Benedita veio com o pai e apenas um irmão da Ilha do Marajó e se estabeleceram na região da Serrinha, comunidade quilombola próxima à comunidade Arancuan do Meio. O pai de dona Ana, senhor Benedito, era quilombola, “das bandas de Cachoeira”, região localizada no alto do rio Trombetas. “Mamãe era cabocla e papai era negro”, conta dona Ana.

A raiz de araruta (*Maranta arundinacea* L.) faz parte da vida de dona Ana e atravessa

¹ Mestranda no Instituto Amazônico de Agriculturas Familiares, Universidade Federal do Pará, Belém, Pará, Brasil.
*isysheringer@gmail.com

41 ARARUTA, MEMÓRIA E RESISTÊNCIA: SABERES E MODOS DE FAZER QUILOMBOLA NA REGIÃO DO RIO TROMBETAS, AMAZÔNIA BRASILEIRA

gerações. Profundamente ligada à criação dos filhos, o mingau de araruta compôs a base alimentar das crianças. A trajetória de dona Ana é atravessada pela roça, pela cozinha e pela permanência de conhecimentos aprendidos com os mais velhos. Ela sustenta o modo de vida quilombola em suas práticas culinárias, em seu plantio e em sua forma de se relacionar com o próximo.

Neves, Coelho e Almeida (2005) destacam que a araruta é originária da América do Sul, enquanto Fernandes e Nascimento (2020) a situam como uma espécie “pouco cultivada e esquecida na cultura alimentar do brasileiro”, embora ainda dotada de grande potencial alimentar e gastronômico. Em Arancuan do Meio, porém, a araruta é um alimento ancestral ainda vivo na prática, no saber-fazer e na memória de Dona Ana. O cultivo de araruta, cará, macaxeira e batata-preta, assim como os preparos alimentares que dona Ana recorda e atualiza, como o peixe no leite da castanha-do-pará, o feijão com jerimum e o biscoitinho de crueira, revelam seu vínculo profundo com o território. Tais práticas alimentares se constituem “como narrativa da memória social de uma comunidade”, de acordo com Amon e Menasche (2008).

Em suas lembranças, Dona Ana relata que o mingau de araruta foi fundamental na criação dos filhos, sobretudo nos períodos de maior dificuldade econômica. Ela conta que usava o leite da castanha-do-pará porque era difícil comprar leite de vaca no interior e, com o que tinha à mão, preparava um alimento simples e nutritivo. Fernandes e Nascimento (2020) lembram que as mulheres extraíam o amido de araruta para engrossar preparações destinadas a idosos e crianças, bem como para fortalecer mulheres depois do parto. Já Neves, Coelho e Almeida afirmam que o mingau de araruta era oferecido “principalmente a pessoas debilitadas e convalescentes” (Neves et al., 2005). Na preparação de dona Ana, o mingau era adoçado com açúcar ou com garapa, extraída da cana-de-açúcar produzida em sua própria roça. Dona Ana deixava o mingau pronto em garrafas ou mamadeiras, orientando os filhos mais velhos a alimentar os menores enquanto ela seguia para o trabalho na roça. Esse gesto cotidiano revela uma prática de cuidado e narra “vivências alimentares cotidianas”, “construindo e mantendo uma memória social de um grupo” (Amon; Menasche, 2008). Mais do que uma preparação alimentar, o mingau de araruta aparece, aqui, como estratégia de sustento e memória de criação dos filhos.

De acordo com Dona Ana, diferentemente da mandioca, o beneficiamento da araruta é feito com o crivo (uma espécie de peneira feita de fibra vegetal) fino, utilizado para separar a goma do bagaço. Após a moagem e a coagem, o bagaço é destinado aos bichos do quintal, enquanto a massa permanece em repouso para decantar. A fécula resultante é então seca ao sol, até se transformar em um polvilho leve. Esse processo se aproxima do que descrevem Neves, Coelho e Almeida ao afirmarem que “a massa fibrosa contendo o amido é peneirada e lavada para separação da fibra e decantação do amido ou fécula” e que “a fécula é seca e peneirada” para usos culinários (Neves et al., 2005). Trata-se, portanto, da permanência de um saber-fazer transmitido por gerações, sustentado sobretudo por mulheres que conhecem o ponto, a textura e o tempo da massa. Na cozinha de Dona Ana, muito do saber não está em medidas exatas, mas na mão, no olho, no tempo, no sentir e na repetição.

Assim, este ensaio fotográfico procura tornar visível não apenas um alimento, mas o

42 ARARUTA, MEMÓRIA E RESISTÊNCIA: SABERES E MODOS DE FAZER QUILOMBOLA NA REGIÃO DO RIO TROMBETAS, AMAZÔNIA BRASILEIRA

conjunto de relações que o fazem existir. Se, como escrevem Amon e Menasche, “a comida é uma voz que comunica, assim como a fala, ela pode contar histórias” (Amon; Menasche, 2008), a araruta, em Aracuan do Meio, conta histórias de cuidado, de transmissão de conhecimento entre gerações e de permanência quilombola no território.



Figura 1: O facão na mão anuncia o início do processo. Antes de virar polvilho, a araruta é planta, é raiz. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 2: A permanência do cultivo de araruta revela a continuidade de um saber que resiste ao tempo e de técnicas aprendidas desde a infância. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 3: A araruta faz parte do conjunto de plantas do quintal da dona Ana e por ser um rizoma, uma parte se estende para a superfície e é colhida facilmente. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 4: O uso da araruta por comunidades tradicionais quilombolas, traduz um transmitir de saberes herdados e mantidos principalmente por mulheres, revelando uma prática de resistência que alia técnica, paciência e memória. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 5: Dona Ana segurando a araruta recém colhida. Em suas mãos, a raiz deixa de ser apenas alimento e se apresenta como memória viva, atravessando gerações no cotidiano da roça e da cozinha. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 6: Farinha de araruta. É uma fécula, tipo de amido, com semelhança ao polvilho de mandioca e ao amido de milho. O beneficiamento da araruta é feito exclusivamente com o crivo fino, utilizado para separar a goma do bagaço. O processo é minucioso: a massa é deixada em repouso para decantação, e a fécula que resulta o polvilho é seca ao sol, garantindo sua pureza e leveza. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 7 : Leite da castanha-do-pará, batido no liquidificador e coado em um pano fino. Ele é usado em diversas preparações e comidas tradicionais. Base para ensopados de peixe que combinam também outros ingredientes locais, como o jerimum, maxixe e macaxeira. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 8: Adicionado ao leite da castanha-do-pará, a farinha de araruta, por conter muito amido, rapidamente engrossa o líquido. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 9: O processo de adicionar a farinha aos poucos traz para o mingau um creme liso, sem gruminhos. São detalhes repassados através da oralidade e que fazem a diferença no final do processo. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 10: Ponto certo na panela. Mingau cremoso e altamente nutritivo. O leite da castanha-do-pará proporciona, além do seu potencial de gordura vegetal, aspectos da soberania alimentar, uma vez que a castanha é nativa da Amazônia e sua produção no rio Trombetas é uma das mais tradicionais na região. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 11: Um dos processos do mingau. Bater bem para formar uma textura lisa. Dona Ana prepara o mingau enquanto conversa, fazendo tudo com muita agilidade e praticidade; é uma dança orquestrada entre panelas, facas e cheiros. Sempre sorrindo, ora dando a “bença” para algum filho, ora “ralhando” alguma criança fazendo arte. Dona Ana demonstra orgulho e criatividade em aprimorar os saberes herdados, e em seus relatos ela traz diversas vezes a frase “preservar a nossa cultura”; para ela, é primordial permanecer cultivando e repassando os conhecimentos aprendidos, preparando as comidas tradicionais que ela aprendeu na infância. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 12: Levemente adoçado com açúcar. Antigamente era usado a garapa como dulçor de sabor. Foto: Isys Leal, 2025.



Figura 13: Dona Ana “dando de comer”, o mingau de araruta, para o neto caçula. A alimentação como prática de cuidado e como transmissão de saberes culinários, atualizando, no cotidiano, uma preparação vinculada à criação dos filhos e à memória alimentar, consolidando os modos de vida quilombola Foto: Isys Leal, 2025.

Referências

- AMON, Denise; MENASCHE, Renata. **Comida como narrativa da memória social**. Sociedade e Cultura, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 13-21, jan./jun. 2008.
- ECKERT, Cornelia; ROCHA, Ana Luiza Carvalho da. **Etnografia: saberes e práticas**. In: PINTO, Céli Regina Jardim; GUAZZELLI, César Augusto Barcellos (org.). **Ciências humanas: pesquisa e método**. Porto Alegre: Editora da Universidade, 2008.
- FERNANDES, Luis Eduardo Sobral; NASCIMENTO, Cristina Fernandes. **Araruta: uma espécie quase esquecida, da produção à alimentação**. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE AGROECOLOGIA, 11., 2020, São Cristóvão, SE. Cadernos de Agroecologia, São Cristóvão, SE, v. 15, n. 2, 2020.
- NEVES, Maria Cristina Prata; COELHO, Irmair da Silva; ALMEIDA, Dejair Lopes de. **Araruta: resgate de um cultivo tradicional**. Seropédica, RJ: Embrapa Agrobiologia, 2005. (Comunicado Técnico, 79).

Recebido em: 29/04/2026

Aprovado em: 26/05/2026

Publicado em: 08/06/2026