

## CONECTANDO SABORES E ESPIRITUALIDADE: EXPLORANDO COMENSALIDADES, SABERES CULTURAIS E IDENTIDADES ALIMENTARES NA UMBANDA

### CONNECTING FLAVORS AND SPIRITUALITY: EXPLORING COMENSALITIES, CULTURAL KNOWLEDGE AND FOOD IDENTITIES IN UMBANDA

Káren Martins Tomás<sup>1</sup> - karentomasm@gmail.com  
Francisco Bento da Silva<sup>2</sup> - chicobento.ac@gmail.com

#### RESUMO

Este artigo tem como objetivo investigar a relação entre os sabores, a espiritualidade e a cultura na religião Umbanda, explorando as formas pelas quais as práticas alimentares e as identidades alimentares são expressas nesse contexto religioso. A culinária umbandista é influenciada pelas identidades étnicas e regionais, refletindo a combinação de práticas alimentares africanas, indígenas e europeias. A alimentação na Umbanda é vista como uma forma de conexão com as energias espirituais e de equilíbrio entre o plano material e o espiritual. Os autores Fernández-Armesto (2004) e Ribeiro (2009) são referenciados para destacar a importância da alimentação na Umbanda, incluindo aspectos econômicos, tecnológicos, religiosos e políticos, bem como a influência das identidades étnicas e regionais na culinária umbandista. O estudo destaca a importância de explorar as comensalidades, os saberes culturais e a expressão das identidades alimentares para entender a riqueza e a diversidade das tradições alimentares que envolvem os rituais e práticas religiosas na Umbanda.

**Palavras-chave:** Religião Umbanda. Sabores. Espiritualidade e Identidades Alimentares.

#### ABSTRACT

This article aims to investigate the relationship between flavors, spirituality and culture in the Umbanda religion, exploring the ways in which eating practices and eating identities are expressed in this religious context. Umbanda cuisine is influenced by ethnic and regional identities, reflecting the combination of African, indigenous and European dietary practices. Food in Umbanda is seen as a way of connecting with spiritual energies and balancing the material and spiritual planes. The authors Fernández-Armesto (2004) and Ribeiro (2009) are referenced to highlight the importance of food in Umbanda, including economic, technological, religious and political aspects, as well as the influence of ethnic and regional identities on Umbanda cuisine. The study highlights the importance of exploring commensalities, cul-

1 Bacharelanda em História pela Universidade Federal do Acre (UFAC). Integrante do Grupo de Pesquisa Núcleo de Estudos Afro-Brasileiros e Indígenas da Universidade Federal do Acre (Neabi/Ufac). Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC), com a pesquisa "Saberes e sabores em banquetes e piqueniques: alimentação e cultura alimentar no Acre Federal".

2 Doutor em História pela UPFPR, professor associado da Ufac, com atuação nos PPG de Ensino de História e Letras: linguagem e Identidade. Coordenador do Grupo de Pesquisa *Saberes e Sabores em banquetes e piqueniques: alimentação e cultura alimentar no Acre Federal*.

tural knowledge and the expression of food identities to understand the richness and diversity of food traditions that involve rituals and religious practices in Umbanda.

**Keywords:** Umbanda Religion. Flavors. Spirituality and Food Identities.

*<https://periodicos.ufac.br/index.php/jamaxi/index>*

# JAMAXI

Jul-Dez | v.7, n.2 | ISSN: 2594-5173

## CONSIDERAÇÕES INICIAIS

A alimentação desempenha um papel fundamental em diversas culturas e tradições espirituais existentes no Brasil. Como por exemplo, na religião da Umbanda, uma prática religiosa que mistura elementos indígenas, católicos, espíritas e de matriz africana, na qual a comida realiza e tem uma significativa conexão com o sagrado. A alimentação na Umbanda é uma ponte entre o plano material e o sagrado, refletindo a riqueza e a diversidade das tradições alimentares que envolvem os rituais e práticas religiosas, transmitindo valores e crenças de geração a geração entre seus adeptos. Essa religião é caracterizada por uma diversidade cultural marcante, influenciada pelas diferentes etnias e tradições presentes no Brasil. Em outros termos, a diversidade é notável na culinária umbandista, refletindo a combinação de práticas alimentares africanas, indígenas e europeias, onde os sabores, saberes culinários e identidades alimentares são expressões tangíveis dessa fusão cultural e de espiritualidade. Dessa maneira, o artigo visa explorar a relação entre os sabores, a espiritualidade, a cultura na Umbanda e nas identidades alimentares presentes nessa religião.

Em sentido mais amplo, a comida é fundamental como uma expressão cultural e social em diferentes sociedades. Transcende a mera nutrição e está intrinsecamente ligada à identidade coletiva, às tradições e aos costumes de um determinado coletivo humano. Na Umbanda, compreende-se que a alimentação desempenha um papel crucial na formação espiritual e no fortalecimento de ligação com o sagrado. Dentro dessa perspectiva, a alimentação na Umbanda é entendida como um meio de conexão com as energias espirituais e de equilíbrio entre o plano material e o espiritual, onde acredita-se que diferentes tipos de alimentos possuem vibrações e energias específicas. Isso está presente na escolha e na preparação dos alimentos, que são realizadas com cuidado para garantir que estejam alinhadas com as necessidades espirituais e os propósitos das entidades. Isto posto, a alimentação não é apenas uma necessidade fisiológica, mas também é necessária na formação e expressão das identidades culturais, onde a maneira como os alimentos são cultivados, preparados, compartilhados e consumidos está intimamente ligado às tradições, crenças, valores e histórias que são transmitidas entre seus membros.

Ao abordarmos essas questões, queremos compreender a relação entre alimentação, espiritualidade e identidade dentro do contexto religioso da Umbanda. Sabendo disto, a abordagem trazida no artigo é a relação entre sabores, espiritualidade e identidades alimentares na Umbanda, onde a alimentação na religião vai além de uma mera questão de nutrição física, pois a relação entre os sabores e a espiritualidade na Umbanda pode ser compreendida através das especificidades alimentares atribuídas a cada orixá<sup>3</sup>. Dessa forma, cada entidade possui suas próprias particularidades e gostos e é importante respeitar essas indicações, pois se institui como uma forma de respeitar o sagrado. Essas

3 Orixás são denominados como arquétipos da natureza.

preferências variam desde a restrição de comer carne vermelha em dias específicos, bem como forma de cumprir alguns outros preceitos<sup>4</sup>.

O autor Fernández-Armesto (2004) a importância da alimentação na evolução humana e na formação das culturas ao redor do mundo, ou seja, explorar as comensalidades, os saberes culturais e a expressão das identidades alimentares se torna fundamental para compreender a riqueza e a diversidade das tradições gastronômicas ao redor do mundo. Ao desvendar essa interconexão entre comida, cultura e identidade, podemos não apenas apreciar a diversidade, mas também promover a compreensão intercultural e a preservação das tradições alimentares que enriquecem as sociedades e, desta maneira, a alimentação se torna um elemento cultural e identitário poderoso, capaz de revelar nuances profundas das sociedades e dos indivíduos.

À vista disso, os sabores presentes nas práticas religiosas aqui em estudo estão intrinsecamente ligados à identidade e às crenças da religião umbandista. Assim como afirmado por Fernández-Armesto (2004), a comida tem um impacto significativo na formação e no desenvolvimento das sociedades humanas, incluindo aspectos econômicos, tecnológicos, religiosos e políticos.

Sendo assim, é possível entender a relação profunda entre um grupo e seu ambiente, observando-se como essa relação histórica se desenrola na escolha de alimentos, nas técnicas de preparo e nas tradições alimentares presentes na Umbanda. De acordo com Fernández-Armesto (2004), a comida não é apenas uma necessidade biológica, mas também um veículo de comunicação simbólica, capaz de transmitir valores culturais, tradições e histórias, isso significa que, a comida é moldada por fatores geográficos, históricos, sociais e culturais, em conexão intrínseca das pessoas com ambiente em que vivem e suas práticas históricas mais significativas.

## **DESENVOLVIMENTO - COMENSALIDADES NA UMBANDA**

Através da exploração dos conceitos de comensalidade, saberes culturais e identidades alimentares, podemos entender melhor essa relação, pois conceitualmente a comensalidade é o ato de compartilhar refeições com outras pessoas. Além da simples atividade de se alimentar, a comensalidade é importante na construção de relações sociais e culturais, sendo uma prática que está presente cotidianamente em todas as culturas e simboliza a troca de energias, o fortalecimento dos laços, inclusive com as entidades espirituais presentes nos rituais umbandistas.

Além desse fato, a comensalidade na Umbanda também é uma maneira de expressar solidariedade e acolhimento aos necessitados, que procuram por um aconselhamento ou cura, pois é comum os terreiros umbandistas realizarem trabalhos que envolvem a caridade ao próximo. Desse modo, durante os rituais é comum que sejam oferecidas comidas e bebidas às entidades e esse ato de oferecer simboliza a integração entre o mundo

---

<sup>4</sup> O preceito para Umbanda é como uma forma dos membros a respeitar o sagrado, ou seja, são orientações espirituais para um então crescimento pessoal e espiritual.

espiritual e o mundo material, promovendo o respeito à doutrina da religião quanto ao aspecto espiritual.

Na Umbanda, as comidas e bebidas oferecidas durante os rituais têm significados simbólicos e são parte integrante da prática religiosa, sendo que algumas dessas comidas comuns incluem frutas, como bananas e maçãs, e comidas muito comuns nas mesas brasileiras, como feijão, arroz e farofa. As bebidas oferecidas são café para as entidades denominadas como os pretos velhos, que inclui também bebidas alcoólicas como cachaça. Essas e outras oferendas são feitas como uma forma de conexão e respeito às entidades espirituais que estão sendo cultuadas.

A Figura 1, retrata um ritual que envolve a disposição de oferendas sobre folhas de mamonas e em pratos de barro conhecidos dentro do dialeto das religiões de matriz africana como *alguidar*. Em um dos pratos, encontra-se o *padê* feito com farinha de mandioca, azeite de dendê e cachaça. A cachaça desempenha o papel de agente de purificação dado a um processo de limpeza e é oferecida aos Exus para invocar vitalidade e movimento, trazendo o Axé de Exu durante o ritual. Esse *padê* é preparado manualmente, com as mãos, destacando a importância da conexão direta e da energia investida no processo.

O outro *padê* apresentado é elaborado com canjica branca, a qual é cozida apenas em água. Após o cozimento, a água é removida e a canjica é colocada no *alguidar*. A canjica branca simboliza Oxalá, uma figura significativa na tradição religiosa em questão. Por conseguinte, as oferendas adicionais incluem uma vela branca e um jarro com água, cada um contribuindo com seu próprio simbolismo para o ritual. Com isso, esse conjunto de elementos compõem um cenário rico em significados e representações culturais dentro da tradição afro-brasileira, demonstrando a profundidade e a importância dessas práticas ancestrais.



**Figura 1** - Fonte: FRANCIS, 2019. In: Site *Campo Grande News* (2019)

Os pratos geralmente são preparados por membros experientes da comunidade religiosa, como pai ou mãe de santo e médiuns, que entendem os rituais e as preferências das entidades. Na Umbanda, as oferendas de comida e bebida são principalmente para os rituais e para agradecer ou pedir algo às entidades. No Candomblé, as oferendas podem ter um propósito semelhante, mas também podem ser consumidas pelos participantes como parte da celebração, dependendo do contexto e da tradição específica. Quanto ao fumo, é utilizado em algumas práticas na Umbanda como um elemento de purificação e conexão espiritual, sendo geralmente preparado e oferecido para as entidades presentes por meio dos médiuns de incorporação e sacerdotes durante os rituais do trabalho.

Os saberes culturais que são relacionados a Umbanda estão conectados à história da ancestralidade que a religião carrega. Posto isso, as identidades alimentares nas religiões de matriz africana são expressões da fé, das práticas rituais e das crenças religiosas dos seus adeptos. Com isso, os saberes culturais relacionados à Umbanda estão profundamente interligados à sua história de ancestralidade, que é uma das características fundamentais da religião, dado que as identidades alimentares nas religiões de matriz africana, incluindo a Umbanda e o Candomblé, são expressões da religiosidade e que se manifesta nas práticas ritualísticas e nas crenças religiosas de seus adeptos.

Ainda assim, é importante pontuar as diferenças existentes entre a Umbanda e o Candomblé em relação às identidades alimentares e práticas rituais. A vista disso, a Umbanda é conhecida por seu sincretismo religioso, compondo elementos de matriz africana, tradições indígenas, espírita e católica, isso se reflete na sua abordagem em relação à alimentação, que pode variar amplamente dependendo da linha de Umbanda e das influências locais. Por outro lado, o Candomblé tende a manter uma identidade mais africana e tida como pura em termos de práticas alimentares e rituais Prandi (2020).

No Candomblé, há uma ênfase maior em sacrifícios animais e oferendas específicas aos orixás (entidades divinas) durante os rituais, quando as ofertas podem incluir alimentos como frutas, grãos, carnes e bebidas. Na Umbanda, embora também haja oferendas, elas podem ser mais simbólicas e menos focadas em sacrifícios animais. Tanto a Umbanda quanto o Candomblé podem impor restrições alimentares de não comer carne vermelha aos seus adeptos durante certos períodos de rituais ou como parte de obrigações espirituais. No entanto, as restrições específicas podem variar entre as duas religiões e até mesmo entre diferentes casas ou linhas dentro da mesma religião Carybé e Verger (2005).

Ambas as religiões utilizam plantas e ervas em seus rituais, muitas vezes para preparar banhos rituais, defumações ou para uso em amacis (comidas oferecidas aos orixás). A Figura 2, ilustra o processo de preparação de um banho de ervas, um ritual comumente utilizado para a busca de limpeza espiritual e renovação energética. Primeiramente, as ervas são recolhidas, indicando um cuidado na seleção dos elementos naturais utilizados no ritual, pois cada banho preparado possui uma carga energética diferente. Em seguida, é adicionada água às ervas, dando início ao processo de maceração ou infusão. Esse



passo é crucial, pois permite que as propriedades das ervas sejam liberadas na água, enriquecendo-a com seus benefícios terapêuticos e espirituais.

O aspecto significativo da Figura 2 é o fato de que a maceração é feita com as mãos, esse detalhe enfatiza a importância do toque humano e da energia investida no processo. O banho de ervas, além de ser uma prática física, também é uma experiência espiritual e emocional, com o contato direto das mãos com as ervas e a água não apenas facilita a liberação das propriedades das plantas, mas também representa uma conexão íntima entre o praticante e os elementos naturais. Logo, a abordagem manual não apenas influencia a eficácia do ritual em termos de liberação de propriedades das ervas, mas também fortalece a conexão energética entre o praticante e o banho de limpeza espiritual.



**Figura 2** - Fonte: Casa luz de Aruanda (2020)

A seleção e o uso dessas plantas podem ser diferentes dependendo da tradição religiosa. Essas diferenças refletem as diversas influências históricas, geográficas e culturais que moldaram a Umbanda e o Candomblé ao longo do tempo, resultando em práticas e identidades alimentares distintas em cada uma delas.

Na Umbanda, segundo Prandi (2020), as plantas utilizadas podem incluir arruda, guiné, alecrim, manjerição e outras consideradas benéficas para a proteção espiritual e a purificação, cada planta ou erva mencionada possui um significado medicinal e significa também ser relacionada a alguma entidade ou orixá. Já no Candomblé, as escolhas podem ser diferentes, podendo incluir plantas específicas associadas às divindades cultuadas na religião, como folhas de orixás como Oxalá, Iemanjá, Oxum, lembrando que tanto para Umbanda quanto para o Candomblé vai depender da doutrina de cada casa de axé, pois todo terreiro tem o seu fundamento para determinado tipos de banho e até mesmo oferendas.

Por conseguinte, como os orixás na Umbanda são arquétipos da natureza, então cada orixá tem a sua preferência alimentar, como Oxossi, a quem só é oferecido frutos de dentro da floresta, pois Oxossi é considerado o rei das matas dentro da religião Umbanda, isso significa que a comida é vista como um meio de estabelecer uma ligação entre o mundo espiritual e o mundo físico, segundo Reginaldo Prandi (2020) em sua obra *Mitologia dos Orixás*.

Sendo assim, a preparação e o consumo desses alimentos são considerados atos sagrados que possibilitam a comunicação com os orixás ou as próprias entidades. Para além e junto a isso, existem também as restrições alimentares, que em algumas linhas possuem características bem específicas. Isso possibilita marcar de maneira mais explícita cada casa ou terreiro, com seus fundamentos particulares.

Ao comentar sobre o assunto, Pedro Ribeiro (2009) diz que:

Falar da alimentação dentro de um terreiro de culto afro-brasileiro não se torna uma tarefa difícil partindo do princípio que as entidades cultuadas, segundo a crença dos seguidores, andaram pela terra como seres humanos, tornando-se seres divinos após seu desaparecimento e, assim, elementos da natureza, como Oxum relacionada aos rios e Iansã que teria sido transformada em ventos e raios (Ribeiro, 2009, p. 4).

No ato de compartilhamento no contexto da comensalidade na Umbanda, os praticantes podem de fato experimentar um profundo sentimento de pertencimento e intimidade para com o sagrado, e são durante esses momentos de compartilhamento, que se estabelecem conexões emocionais que remetem ao sentimental e à confiança. A comida, nesse sentido, retrata como um ponto central comum, um elemento que une as pessoas e promove a comunicação e a interação social, já que quando os membros da Umbanda se reúnem para compartilhar a alimentação, criam-se laços e solidariedade que transcendem o simples ato de se alimentar.

No terreiro da Tenda de Umbanda Caboclo João das Matas e Exú Cigano, situada no município de Bujari, distante 24,7 km da capital acreana do qual a coautora é membra, a alimentação desempenha um papel muito importante não apenas nos rituais, mas também na prática da caridade e solidariedade para com aqueles que têm menos recursos. Com isso, durante as festividades, como o dia de festa dedicado a Ogum, servimos o axé como parte da comemoração, onde o axé é um alimento simbólico oferecido tanto aos visitantes quanto aos membros da casa, representando a energia e a bênção dos orixás e entidades.

Cada orixá tem suas preferências alimentares e isso se reflete nas oferendas feitas durante as festas. Por exemplo, Ogum é associado ao feijão preto, e na festa dedicada a ele, é tradicional servir feijoada, pois é um prato que inclui o feijão que o orixá aprecia.

Comidas e bebidas de Ogum: Ogum come bem e farta-se, especialmente nos grãos que vêm da agricultura, pois com seus utensílios de ferros ele as técnicas de cultivo aos humanos. Ogum gosta de beber cerveja, gosta de bebida fermentada, mas às vezes, uma



boa cachaça também faz é do seu agrado, especialmente como acompanhamento de um prato de feijoada. Mas Ogum também come inhame, e bem-feito, espetando a madeira, coberto de mel. Ele também é o orixá do vatapá, mas é muito difícil fazer um que realmente fique do seu agrado, pois Ogum é exigente em seu paladar conforme nos aponta Janaina Azevedo (2010) em seu estudo.

Esse é o preparo da feijoada de Ogum: Um quilo de feijão preto, 500g de peito bovino, 500g de carne seca, 250g de lombo salgado, 500g de paio, 250g de toucinho fresco ou defumado, 250g de costela salgada, uma cebola grande, sal a gosto, azeite de dendê, louro e alho. Preparar essa maravilhosa iguaria para Ogum é muito simples. Basta colocar as carnes e o feijão de molho, separadamente, de véspera. Depois é só aferventar bem para tirar o excesso de sal e gordura, trocando a água pelo menos duas vezes. Depois é só cozinhar o feijão junto com as carnes e o louro a gosto (*Figura 3*). Quando tudo estiver bem cozido, temperar com a cebola e o alho refogados no azeite de dendê, conforme detalha Janaina Azevedo em seu livro *Orixás na Umbanda* (Azevedo, 2010, p. 00).

A espada de São Jorge é um elemento simbólico presente em muitas tradições religiosas afro-brasileiras, pois, é a planta que representa o orixá Ogum, tanto para a Umbanda quanto para o Candomblé, ela é considerada um amuleto de proteção, capaz de cortar energias negativas e afastar as más influências. A presença da espada de São Jorge no preparo da feijoada de Ogum estar relacionada a simbologia do orixá que remete a proteção e purificação espiritual ao prato, tornando-o não apenas uma oferenda ou um prato para degustar, mas também carregada de significados e intenções positivas dentro do contexto ritualístico.



**Figura 3** - Fonte: Oferenda de Orixá (2022)

A prática de oferecer o alimento do orixá vai além da tradição, sendo também um gesto de respeito e gratidão ao sagrado, pois, estabelece uma conexão profunda e reverente, expressando pedidos ou agradecimentos ao sagrado. Além disso, essa ação não se restringe às festas dos rituais, mas também integra a rotina de servir aos necessitados e aos que buscam orientação espiritual, fortalecendo os laços comunitários e refletindo a importância da generosidade e da partilha como expressões de espiritualidade com os sujeitos. Após a conclusão dos rituais espirituais, a comida, o axé, é compartilhada como um ato de confraternização e celebração, fortalecendo os laços entre os participantes e proporcionando um momento de comunhão e gratidão.

A relevância dos rituais na Umbanda com alimentação estão repletos de simbolismo e significado, já que os alimentos específicos, sua preparação, a maneira como são servidos e consumidos podem transmitir mensagens diversas. Dessa forma, diante da análise de rituais e tradições associados à comensalidade, é importante considerar que os rituais alimentares muitas vezes têm raízes históricas. A comensalidade muitas vezes envolve elementos de hierarquia e poder, logo determinadas pessoas podem ter papéis e posições específicas durante as refeições, influenciando a estrutura social e as relações de poder. Por exemplo, na Umbanda o pai ou mãe de santo comem primeiro e assim sucessivamente dentro das hierarquias em que se é fundamentada essa prática.

Neste sentido, Ribeiro (2009) aponta que:

Diferentemente do candomblé, a umbanda faz uso de grande variedade e quantidade de frutas nas suas oferendas. Nos centros umbandistas, é observado que os santos não estão no centro das devoções, e por isso, é visto com menor frequência a prática de alimentar estas entidades, restringindo-se, de forma geral, à utilização de arroz e frutas (Ribeiro, 2009, p. 5).

A conexão entre o conhecimento culinário e a herança cultural é uma dimensão importante da comensalidade. Assim sendo, os saberes culturais e culinários são transmitidos ao longo das gerações, desempenhando um papel fundamental na preservação e transmissão das tradições alimentares de uma comunidade. Com isso, o conhecimento culinário é um componente essencial da identidade cultural de um grupo ou comunidade, através da preparação dos alimentos a serem colocados para oferecer, como também o ato de comensalidade dentro do terreiro entre seus membros, e partir disso as pessoas afirmam sua herança cultural e se conectam com suas raízes.

O processo de transmissão do conhecimento culinário ocorre muitas vezes de forma intergeracional, com os mais velhos ensinando os mais jovens a preparar as oferendas, onde o conhecimento culinário também serve como uma forma de expressão criativa dentro da religião. Posto isso, a culinária umbandista destaca que a incorporação dos sabores é uma forma de honrar e preservar as raízes e conhecimentos transmitidos ao longo das gerações. Como forma de utilizar ingredientes comuns da cultura alimentar brasileira, bem como elementos bem presentes que são nos seus primórdios de origens

indígenas e africanas, e com isso inclui uma ampla variedade de frutas, vegetais, ervas, especiarias e grãos presentes na culinária nacional.

O aspecto com a conexão da Umbanda com a natureza é refletido em sua culinária, pois a valorização dos ingredientes naturais cultivados está presente na escolha e no modo de preparo do alimento com as mãos. Assim dizendo, a conexão reforça a harmonia com o meio fazendo com que esse modo de preparo do alimento esteja intimamente ligado com o religioso. A cultura ao incorporar os saberes culturais e ancestrais, ajuda a manter vivas as tradições gastronômicas que foram transmitidas ao longo dos tempos. Isso é especialmente importante em um contexto de globalização, em que muitas vezes há a perda de costumes e tradições, logo, a culinária umbandista abraça a pluralidade cultural presente na sociedade brasileira. Ou seja, a Umbanda promove a multiplicidade de influências culturais que compõem as diversas e dinâmicas identidades do país.

## **A EXPRESSÃO DAS IDENTIDADES ALIMENTARES NA UMBANDA**

A expressão da identidade alimentar na Umbanda é influenciada por diversos elementos, como herança africana, o sincretismo religioso, as tradições locais e a reverência ao próprio sagrado. Em outras palavras, a fartura e a restrição alimentar umbandista refletem a ligação entre a espiritualidade e a comida. Neste sentido, os praticantes da religião acreditam que os alimentos possuem energias e influências espirituais, sendo capazes de proporcionar equilíbrio, purificação e fortalecimento espiritual e que a crença está associada à ideia de que não respeitar a restrição de certos alimentos pode afetar a conexão com os Orixás. Assim, alguns seguem restrições alimentares gerais à risca, como evitar carne vermelha, bebidas alcoólicas e certos tipos de alimentos processados.

As tradições, crenças e valores de uma comunidade influenciam o que é considerado aceitável e apropriado em termos de alimentação. Dentro da religião Umbanda, as variações regionais e diferenças entre os terreiros locais de culto é bastante grande, pois algumas diretrizes alimentares são comumente seguidas pelos praticantes, e são essas diretrizes baseadas em nas doutrinas e fundamentos de cada um, onde é importante entender que a Umbanda é uma religião muito diversificada, com influências localizadas e variações nas práticas alimentares entre diferentes terreiros e adeptos.

Portanto, as identidades alimentares podem variar dentro da religião, refletindo contextos culturais e individuais para cada mãe ou pai de santo. Desse modo, conforme Katrib (2021):

Neste sentido, o ritual onde se oferece comida e bebida para que o Orixá possa trabalhar por uma determinada causa, é também uma representação importante da transcendência religiosa e da manutenção dos vínculos sagrados com a espiritualidade. Não é “qualquer comida”, nem “qualquer bebida”. É aquela representativa do pedido feito a um determinado Orixá ou guia. Para cada um, de acordo com aquilo que se pede: saúde, felicidade, trabalho, fartura, justiça é realizado o feitio do prato, devidamente orquestrado por pontos cantados e

orações, obedecendo à métrica e o formato da oferenda em conformidade com o pedido feito. O momento da oferta também é permeado de simbologias. Os elementos entregues proporcionam uma conexão com o cosmo, criando o campo energético necessário para que os espíritos trabalhem em benefício do pedido (Katrib, 2021, p. 7).

Neste viés, a alimentação na Umbanda é uma expressão da diversidade cultural, assim como da espiritualidade e a preparação dos alimentos também mostra ser carregada de simbolismo e intenções espirituais, que os rituais de preparação e consumo dos alimentos são realizados com reverência e cuidado, acreditando-se que a energia e os axés (forças espirituais) das entidades estejam presentes nesse no lugar. Logo, a expressão cultural através da culinária é uma forma fascinante de entender e apreciar as diversas culturas que existem ao redor do mundo.

A comida não apenas nutre nosso corpo, mas também conta histórias, mantém tradições e reflete a identidade de um determinado grupo étnico ou cultural. Dessa forma, podemos viajar por sabores e saberes na cultura alimentar da Umbanda, onde eles se expressam por meio de sua culinária, dos seus ingredientes distintos e das técnicas de preparo únicas para cada alimento é uma porta de entrada o sagrado e a uma cultura específica, permitindo que aprendamos sobre sua história, valores, crenças e conexões sociais.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A relação entre sabores, espiritualidade e identidades alimentares na Umbanda é um tema complexo e fascinante. Nessa perspectiva, este artigo buscou explorar essa relação, destacando a importância das práticas alimentares e das identidades alimentares na religião. Foi possível observar ainda que a alimentação na Umbanda é vista como uma forma de conexão com as energias espirituais e de equilíbrio entre o plano material e o espiritual. Sendo assim, acredita-se que diferentes tipos de alimentos possuem vibrações e energias específicas, sendo que a escolha e a preparação desses alimentos são realizadas com cuidado para garantir que estejam alinhadas com as necessidades espirituais e os propósitos das entidades.

Outrossim, foi possível observar como a culinária umbandista é influenciada pelas identidades étnicas e regionais, bem como em relação aos ingredientes e no modo de preparo para as ritualísticas. Isso traz a contribuição de práticas alimentares africanas, e de afro-brasileiros escravizados, de indígenas e de origem europeias. Essa é a diversidade cultural marcante na Umbanda é evidentemente também na culinária umbandista, onde os sabores, saberes culinários e identidades alimentares são expressões tangíveis desses encontros culturais e espirituais. Logo, a diversidade cultural se reflete nos próprios ingredientes, nas formas de preparo e nos sabores dos pratos servidos nos rituais e festividades da Umbanda.

Os sabores resultantes dessa fusão de influências são complexos e ricos, mostrando-nos a história e a espiritualidade da Umbanda. Essa diversidade culinária não apenas alimenta o corpo, mas também é uma expressão tangível da diversidade cultural e espiritualidade presentes na religião umbandista. Através da análise das especificidades alimentares atribuídas ao orixá, foi possível compreender como cada entidade possui suas próprias preferências alimentares e como a oferta adequada de alimentos é uma forma de respeito e conexão com essas entidades. A alimentação na Umbanda, portanto, vai além de uma mera questão de nutrição física, pois está profundamente enraizada nas crenças e nos rituais religiosos.

Este estudo procurou destacar brevemente a importância de explorar as comensalidades, os saberes culturais e a expressão das identidades alimentares para entender a riqueza e a diversidade das tradições alimentares que envolvem os rituais religiosos como o caso da Umbanda. Através da compreensão dessa interconexão entre comida, cultura e identidade, podemos não apenas apreciar a pluralidade brasileira, mas também promover o entendimento intercultural e a valorizar as tradições alimentares que enriquecem as sociedades em que elas existem.

No decorrer da pesquisa, entendemos a forma como a expressão das identidades alimentares na Umbanda cultural se manifesta por meio da culinária. Portanto, a relação entre sabores, espiritualidade e identidades alimentares na Umbanda é cativante e multifacetada. Este artigo oferece uma visão geral sobre o assunto, destacando a importância das práticas alimentares e identidades alimentares na religião e como elas se entrelaçam com as crenças religiosas e manifestações culturais.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, C. C. *et al.* “Para comer rezando: uma homenagem a Óxossi”. **Revista de Gastronomia**, v. 2, n. 1, 2023.
- AZEVEDO, J. **Orixás na umbanda**. São Paulo: Universo dos Livros Editora, 2010.
- CARYBÉ; VERGER, P. **Orixás**. Edizioni Associate, 2005.
- Casa luz de Aruanda. 2020. O mais famoso banho de ervas da Umbanda. Casa Luz de Aruanda. Disponível em: <https://encurtador.com.br/cvLRU>. Acesso em: 03 de maio de 2024.
- FERNÁNDEZ-ARRESTO, F. **Comida, uma história**. São Paulo: Record, 2004.
- FRANCIS, P. (2019). Oferendas sobre folhas de mamonas e pratos de barro, ao lado de vela branca, jarro com água e cachaça. **Campo Grande News**. Disponível em: <https://encurtador.com.br/gpxTY>. Acesso em: 03 de maio de 2024.
- KATRIB, C. I. “Mesa dos Orixás: experiências do ofertar e do receber na Umbanda”. **Diálogos**, v. 25, n. 3, p. 38-53, 2021. DOI: <https://doi.org/10.4025/dialogos.v25i3.60152>.
- NASCIMENTO, A. A. B. S. **Comida: prazeres, gozos e transgressões**. Salvador: EDUFBA, 2007.
- Oferenda de Orixá (2022). Feijoada para Ogum. Disponível em: <https://oferendadeorixa.com.br/feijoada-para-ogum>. Acesso em: 03 de maio de 2024.
- RIBEIRO, P. H. M. Comida e religiosidade: dos cultos afro-brasileiros para a história da alimentação brasileira. In: **Anais da XVII Semana de Humanidades**, 2009.
- PRANDI, R. **Mitologia dos orixás**. São Paulo: Companhia das Letras, 2020.
- WRANGHAM, R. **Pegando fogo: por que cozinhar nos tornou humanos**. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.