



Comer na Índia: Etnografia, Sabores e Gramáticas Sociais

Felipe Bruno Martins Fernandes^a

Resumo: Com base em uma missão de trabalho realizada durante meu estágio pós-doutoral na Universidade de Delhi e em uma estadia na Bengala Ocidental, proponho, neste artigo, um mergulho nas práticas alimentares da Índia por uma lente antropológica. O propósito desta análise consiste em investigar de que maneira o ato de se alimentar atua como um indicador das identidades religiosas, regionais e de casta, manifestando-se em ambientes tanto urbanos quanto rurais. A escolha do que comer é, portanto, um tema que envolve uma rica tapeçaria cultural, onde se entrelaçam aspectos políticos, religiosos e sociais. Ao analisar determinados pratos e através de observações etnográficas em mercados, vias públicas e residências, apresento, neste estudo, de que maneira a gastronomia funciona como um código que permite compreender a estrutura social da Índia, transcendendo sua função alimentar e assumindo o papel de uma linguagem cultural e política.

Palavras-chave: Antropologia da alimentação, Índia, Identidade cultural, Vegetarianismo, Comida de rua.

Minha imersão no campo indiano teve início em fevereiro de 2025¹, com a primeira etapa do estágio pós-doutoral junto ao Centro de Estudos Tribais do Departamento de Antropologia

^a Universidade Federal da Bahia. Professor do Departamento de Antropologia e Etnologia. E-mail: fernandes.felipe@ufba.br. <https://orcid.org/0000-0001-8755-4126>



da Universidade de Delhi, onde permaneci por seis meses. O aprendizado teórico nas aulas de antropologia, para a qual a comida é um marcador cultural, tornou-se uma evidência empírica. A simples pergunta “*o que você vai comer?*” se tornava, na prática, evocadora de identidades, revelando associações religiosas, identidades regionais, hierarquias sociais e até inclinações políticas. De acordo com Rial (2005), no Brasil, a alimentação serve como base da identidade nacional; na Índia, conforme Poulain (2013), ela desempenha o papel de uma gramática social, ou seja, um sistema de significados que organiza e é organizado pelo tecido social. O ato de comer, na Índia, converteu-se em uma esfera na qual, cotidianamente, visualizei sendo negociados poder, pertencimento e cidadania (Jaffrelot, 2020). Dessa maneira, a alimentação atua como uma língua política e cultural (Narayan, 2005), cuja compreensão, ainda que de maneira restrita, neste caso, contribui para a aproximação da complexidade multifacetada da sociedade indiana.

Nesses meses da missão de trabalho que se alternavam entre a agitação de Delhi e o interior rural da Bengala Ocidental, a vivência prática possibilitou a aplicação e a ampliação da teoria, e foi experimentada em mercados, cozinhas na casa de amigos e barracas de rua. Minha condição de estrangeiro era constantemente redefinida pelas interações alimentares: o que eu me arriscava a experimentar, o que meu estômago tolerava e os significados que, gradualmente, aprendia a entender. A vivência do corpo remete à discussão de Narayan (2005) acerca da comida como delineadora de fronteiras identitárias e construtora de pertencimento e alteridade. Comer tornou-se, assim, tanto objeto de estudo quanto ferramenta de análise – um sistema cultural complexo que, como afirma Rial (2005), requer interpretação para além de suas propriedades naturais.

Essa vivência, sensorial e cognitiva, me levou à tentativa de compreender de que forma a alimentação reflete valores sociais

que configuram a Índia contemporânea. A reflexão que compartilho consiste em como cada prática alimentar se configura como um texto cultural suscetível de uma análise antropológica. Em Delhi, um restaurante que oferece carne bovina é permeado de polêmicas, podendo motivar manifestações por parte de movimentos nacionalistas hindus. Dessa forma, minha decisão sobre me alimentar ou não em certos lugares era frequentemente analisada e debatida, configurando-se numa negociação política cotidiana.

A culinária na Índia

A culinária indiana deriva da medicina ayurvédica, que categoriza tanto os alimentos quanto o corpo humano com base em um sistema de *doshas*. As *doshas* são humores corporais que regulam as funções do organismo. Dentro dessa epistemologia, uma alimentação equilibrada vai além do simples prazer para almejar a harmonia entre os seis sabores essenciais: *doce*, *ácido*, *salgado*, *picante*, *amargo* e *adstringente*. Conforme demonstra Achaya (1994) em sua análise histórica, essa estrutura conceitual, já consolidada há séculos, mantém-se como pilar da prática alimentar contemporânea na Índia. Uma refeição verdadeiramente balanceada é, portanto, aquela que considera ativamente os efeitos fisiológicos e energéticos de cada componente, que se orienta por um conhecimento codificado que articula sabor, digestão e bem-estar (como veremos adiante, na abordagem do *thali* na Bengala Ocidental).

Por último, é importante compreender que o ato de se alimentar, na Índia, vai além da simples necessidade biológica; ele é um ato ritual repleto de significados sociais, políticos e religiosos. O que se escolhe comer – especialmente a adoção de um vegetarianismo estrito – encontra-se intensamente conectado a ideais de pureza e ao *ahimsa*, que é o princípio da não violência. As hierarquias sociais também se manifestam à mesa, seja na

ordem em que se é servido, na forma como a comida é compartilhada entre as diferentes castas ou na distribuição das tarefas na cozinha. Dessa forma, a comida atua como um sinal que estabelece e fortalece identidades no interior das complexas e diversas redes sociais que caracterizam a Índia.

Contextos etnográficos

Minha experiência com a alimentação na Índia se deu em dois contextos diferentes, que me ajudaram a começar a entender a ligação entre alimentação e sociedade naquele país. Iniciei minha imersão etnográfica no ambiente cosmopolita da Universidade de Delhi (Figura 1), onde vivi como professor visitante. As cantinas universitárias e os supermercados do entorno funcionavam como verdadeiros laboratórios sociais, onde a comida não só espelhava a rapidez da vida acadêmica, mas também a variedade regional da Índia. Observava frequentemente estudantes de diferentes estados e tradições religiosas – notadamente hindus e muçulmanos – negociando preferências alimentares e construindo, através do compartilhamento de refeições, uma identidade estudantil temporária que transcendia origens étnicas, geográficas e de casta.

Conforme documentado por Sharma (2018), esses espaços desafiam estereótipos sobre a comida de rua através de saberes culinários transmitidos geracionalmente e de protocolos de preparo que asseguram sua viabilidade. Testemunhei, por exemplo, a dinâmica tensa em torno de um churrasco de frango que aconteceu na floresta, em frente à universidade, de forma quase clandestina – experiência que revelava as complexas fronteiras entre prática alimentar e normatividade social. Este episódio exemplifica a performatividade das identidades religiosas e de casta, já que, à minha exceção, todos eram trabalhadores de camadas populares e castas subalternizadas. O ato de consumir carne, particularmente frango, fora da percepção da instituição



Figura 1 – Vitrine de confeitaria situada em Delhi, nos arredores da Universidade de Delhi, North Campus. Fonte: registro próprio (2025).

acadêmica, não se restringia a uma simples escolha alimentar, mas se configurava como uma negociação de normas sociais. A “clandestinidade” refletia a intensidade das expectativas de pureza vegetarianas em um ambiente público da capital indiana, o que evidenciava que a comensalidade representa um domínio de conflitos e não apenas de harmonia. Apesar de a conveniência ser crucial naquele ambiente, cada decisão alimentar à mesa ainda expressava lealdades culturais e religiosas profundas.

Em contraponto, me desloquei para Chanda, distrito de Bangaon, uma vila no estado da Bengala Ocidental, próxima à fronteira com Bangladesh. Esse segundo contexto, totalmente rural e tribal, me ofereceu uma perspectiva inversa. A vida comunitária era estruturada diretamente em torno da produção de alimentos. A paisagem era dominada pelos arrozais (além de outros cultivos, como mostarda e quiabo), pela criação de bodes e cabras (espécie mini) e pelos tanques de piscicultura – os *bheris* –, e o ritmo dos dias era ditado pelos ciclos da agricultura (Figu-

ra 2). Ao contrário do anonimato parcial de Delhi, em Chanda, cada família era identificada pelo que cultivava. O pequeno mercado de vegetais não era apenas um ponto de comercialização, mas um lugar vital de convívio e troca de notícias, não por acaso, em frente ao maior *Mandir* da vila, um templo para a devoção do Deus Shiva e da Deusa Durga.



Figura 2 – Arrozaís na região de Chanda, Bangaon, Bengala Ocidental.
Fonte: registro próprio (2025).

A etnografia em Chanda me ajudou a compreender a alimentação não como um produto acabado, e, sim, como um processo que faz parte da organização social daquele grupo. Compartilhar uma refeição é se tornar parte de uma rede de vínculos familiares, de reciprocidade, de religião e hierarquias locais. Ser convidado para almoçar na casa de um morador de Chanda simbolizava um indicativo de confiança e aceitação. Recusar a refeição configurava uma ação de desintegração social. A ordem em que as pessoas eram servidas – que, no caso, iniciava por mim, como convidado (*“aqui os convidados são como*

reis”, me diziam), era seguida pelos homens mais idosos, pelos mais jovens, e finalizava com as mulheres e crianças – refletia e perpetuava a hierarquia de gênero e familiar da comunidade. No que diz respeito a Delhi, eu percebia o consumo como parte de uma dinâmica de movimentos e mobilidade. Já em Chanda, a vivência se concentrou na produção, que abarcava todo o ciclo que vai da terra até o prato, evidenciando de que maneira a identidade local se entrelaça com o que se cultiva e consome em conjunto.

Vegetarianismo e consumo de carne

O vegetarianismo na Índia, longe de se limitar a uma simples opção alimentar, manifesta-se como um fenômeno socio-cultural complexo que vai além das preferências individuais, e está intimamente ligado à hierarquia do sistema de castas e às dominâncias religiosas. Louis Dumont (1992) argumenta que a dualidade entre o “puro” e o “impuro” serve como o princípio organizador fundamental desse sistema. Tal princípio se materializa de maneira direta na alimentação: os vegetais são classificados como *sáttvikos* (puros, que promovem tranquilidade) e ocupam o topo da hierarquia *dhármica*, enquanto as carnes, em especial a bovina, vistas como impuras e *tâmicas* (que acarretam “pesadez”), apresentam um status inferior. Assim, a escolha alimentar configura-se, fundamentalmente, como um indicativo da posição social relativa dentro dessa hierarquia.

De acordo com informações do *Pew Research Center* (2021), entre 20% e 30% da população da Índia se identificam como estritamente vegetarianas, e apresentam variações expressivas conforme a religião, a localização geográfica e a posição na estrutura das castas. Esses dados confirmam a Índia como uma das nações com a maior representatividade vegetariana globalmente, demonstrando como as opções alimentares incorporam cosmologias, valores espirituais e divisões sociais.

Apesar da expressiva participação numérica do vegetarianismo, seria um erro, entretanto, definir a Índia unicamente por essa prática. A realidade alimentar da Índia é caracterizada por uma notável diversidade regional que, com frequência, desafia relatos uniformes. Na Bengala Ocidental, onde se desenvolve parte de minha missão, o peixe representa muito mais do que um simples alimento – é um símbolo identitário fundamental, resumido na expressão *mache bhate bangali* (“um bengali é formado por peixe e arroz”). De acordo com a análise de Banerjee (2017), nesse cenário, o consumo de proteína de origem animal caracteriza-se como a norma, em vez de ser uma exceção, uma vez que contradiz as suposições acerca do vegetarianismo, inclusive entre comunidades hinduístas. Essa complexidade regional é apoiada por dados do Pew Research Center (2021), os quais evidenciam como as práticas alimentares divergem de maneira significativa conforme a afiliação religiosa e a localização geográfica, revelando um cenário nutricional altamente plural.

Essa pluralidade alimentar se revela de maneira especialmente evidente na abordagem da carne bovina. Enquanto a proteção dela atua como um símbolo político-religioso fundamental em estados do norte, como Haryana, Rajasthan, Punjab e Uttar Pradesh, em regiões do sul, como Kerala e Goa, seu consumo é socialmente aceito nas comunidades cristãs e muçulmanas. As diferenças regionais, verificadas em campo, confirmam as informações do Pew Research Center (2021), que registra padrões alimentares característicos em unidades federativas como Bengala Ocidental e Kerala. Nas palavras de Jaffrelot (2020), tais escolhas transcendem a esfera privada para se tornarem territórios de disputa política, especialmente em torno do consumo bovino. O que se come ou recusa opera, assim, como uma cartografia viva de fronteiras religiosas, regionais e de casta. Um prato de *biryani* de carne bovina, ao ser consumido de forma visível em uma zona muçulmana de Delhi, estabelece uma dis-

tinção religiosa e política inequívoca em comparação a um restaurante estritamente *sáttvico* (que oferece alimentos de pureza e tranquilidade) localizado em um bairro predominantemente hindu. De maneira análoga, a rejeição da carne bovina pelos *brahmins* (sacerdotes) em Punjab e o seu consumo por grupos *dalits* em Kerala delineiam divisões de casta e região.

Longe de constituir uma prática unívoca, o vegetarianismo configura-se como uma arena de contestação onde identidades são performativamente negociadas – em particular no contexto político contemporâneo de ascensão do nacionalismo hindu, onde tradições são reivindicadas e novas subjetividades urbanas constantemente emergem.

Religião e gastronomia

Como apontado até aqui, a relação entre religião e gastronomia oferece uma chave de leitura fundamental para decifrar a organização social do país, onde regras alimentares atuam como marcadores de identidade religiosa. A vaca sagrada é, para a maior parte dos hindus, um símbolo de fertilidade e maternidade, cuja sacralidade se traduz na proibição de consumo alimentar, legalmente fixada em muitos estados. Em contrapartida, nas comunidades muçulmanas, que consomem carne bovina, há uma forte oposição a essa visão, pois elas seguem rigorosamente os preceitos do abate *halal*. Um amigo muçulmano, com quem conversei a respeito, expressou essa diferença de maneira significativa durante minha estadia: “*Deus me livre de ser hindu, minha mãe está lá em casa, não é uma vaca!*”. Essa afirmação sintetiza a significativa disparidade cosmológica. A definição de “pureza” referida não é de natureza universal, sendo, pelo contrário, culturalmente estabelecida. Para um amigo meu, a sacralidade se revela na imagem feminina da maternidade, enquanto, para muitos adeptos do hinduísmo, ela se estende à vaca, vista como um ícone da maternidade. Conforme a análise de Jaffre-

lot (2020), essas distinções manifestam-se em diversas geografias urbanas, razão pela qual o consumo alimentar é convertido em um espaço onde identidades e tensões políticas são debatidas.

O movimento de “proteção às vacas” (*gau rakshaks*) ressalta as controvérsias políticas relacionadas ao consumo de carne bovina. De acordo com a BBC (2023), em um incidente ocorrido no estado de Haryana (norte da Índia), jovens muçulmanos foram mortos após serem acusados de transportar uma vaca. A polícia tratou a morte como acidental, mas os sobreviventes disseram que foi um espancamento. Duas semanas mais tarde, dois outros homens muçulmanos foram encontrados mortos da mesma forma, em um caso também relacionado ao vigilantismo. Esses episódios ilustram como a temática bovina provoca confrontos sangrentos no norte da Índia. Conforme já mencionado, a alimentação vai além do simples aspecto de preferência ou da prática religiosa pessoal, transformando-se em um ambiente onde diariamente competem poder, identidade e os limites da cidadania.

Essas discrepâncias na gastronomia também moldam diferentes geografias alimentares. Em Delhi, pode-se reconhecer áreas e cadeias de restaurantes que se especializam em atender a perfis religiosos particulares. Os mercados de carne bovina estão majoritariamente localizados em regiões com uma população predominantemente muçulmana, como nas proximidades da Jama Masjid, onde se encontra um dos mais antigos exemplares do Alcorão, ou em campos de refugiados tibetanos. Concomitantemente, estabelecimentos de alimentação exclusivamente vegetariana, frequentemente geridos por grupos mercantis hindus, sinalizam em suas placas que aderem às diretrizes religiosas do vegetarianismo. De acordo com Jaffrelot (2020), a segregação nas refeições não apenas reflete as divisões comunitárias, mas também as reafirma cotidianamente, convertendo o ambiente urbano em um cenário onde as opções alimentares

desempenham um papel performático na afirmação e na negociação de identidades religiosas, políticas e de casta já existentes. Atualmente, na Índia, a alimentação transformou-se em um poderoso recurso político, sendo a vaca o ponto central dessa contenda.

Desconstruindo preconceitos

Um dos principais desafios que o estrangeiro – especialmente o brasileiro – encontra na Índia é o preconceito profundamente enraizado em relação à comida de rua, propagado nas redes sociais brasileiras, com frequência rotulada como “suja” ou “perigosa”. Esse julgamento resulta da aplicação de um paradigma ocidentalizado, relacionado à segurança alimentar, cujo foco é industrialização e a embalagem estéril, sobre um contexto sociocultural diferente, no qual a produção dos alimentos é propositalmente visível e tátil. Minha experiência, no entanto, desfez essa noção preconcebida; revelou-se, pois, que o que se interpreta como “sujeira” corresponde, na verdade, à materialidade distintiva de um sistema culinário regido por lógicas próprias de higiene e eficiência – conforme igualmente observado por Sharma (2018) em seu estudo sobre vendedores em Delhi.

Depois de passar meses observando e, naturalmente, comendo os alimentos nas barracas de Delhi e nos mercados da Bengala Ocidental, percebi que essas práticas são guiadas por suas próprias normas de higiene e eficiência. A segurança deste sistema é garantida pela alta rotatividade dos ingredientes, pelo processo de cozimento e pela fritura em temperaturas elevadas, além da habilidade prática que é passada através das gerações, que engloba a atenção ao ambiente e a relação de confiança estabelecida com o cliente habitual. A segurança, descobri, não está na invisibilidade do processo, mas na vitalidade e no fluxo constante: ingredientes frescos são repostos todo dia pela alta demanda, e os óleos são trocados com frequência.



Como aponta Mary Douglas (2017), a interpretação do que é classificado como “limpo” ou “sujo” não constitui um absoluto universal; ao contrário, representa uma dimensão cultural. Douglas (2017) defende que a noção de sujeira está associada à desordem, referindo-se ao que se encontra fora da sua posição classificatória prevista em um sistema cultural específico. A interpretação de um observador externo pode classificar como “impura” a preparação do alimento de rua que constitui, na realidade, um aspecto de uma ordem social particular – uma materialidade e um processo que se justificam dentro de sua própria lógica cultural de eficiência, visibilidade e constante renovação.

A barraca de comida de rua é muito mais que um mero ponto de venda, e funciona como núcleo de sociabilidade urbana. Esses espaços dizem respeito a microcosmos nos quais laços comunitários são fortalecidos, profissionais de diferentes origens compartilham refeições econômicas e as interações diárias ocorrem. Reduzir um fenômeno de tal magnitude a simples aspectos higiênicos desconsidera sua função social e, igualmente, implica abdicar de uma das manifestações mais genuínas de intercâmbio cultural. A comida de rua, longe de ser um impedimento, surge como uma valiosa chave de acesso para entender os ritmos e as nuances da vida nas cidades indianas, uma constatação que minha estadia reforça. Essa complexidade social é refletida nos mercados de Delhi, segundo estudou Gupta (2018), sendo que esses locais também tecem transações econômicas e práticas culturais em uma rede de significados coletivos.

Mercados de vegetais

A classificação da Índia como o segundo maior produtor global de frutas e vegetais – informação fundamentada nas estatísticas da FAO (2022) – se revela de maneira visual e sensorial

na notável variedade que permeia os mercados locais. Minha experiência nesses ambientes, tanto na esfera metropolitana de Delhi quanto na rural de Chanda, demonstrou que eles vão muito além de sua função comercial, estabelecendo-se como instituições sociais intrincadas. Naqueles lugares, economia, cultura e vida comunitária se entrelaçam de modo indissociável, transformando o ato diário de suprimento alimentar em um complexo fenômeno sociocultural.



Figura 3 – Mercado de vegetais em Chanda, Bangaon, Bengala Ocidental.
Fonte: registro próprio (2025).

A variedade de produtos nos mercados indianos constitui uma experiência sensorial total: mosaicos visuais de berinjelas brilhantes empilhadas, montanhas de tomates multiformes, raízes de gengibre e açafrão ainda impregnadas de solo, e uma profusão de pimentas e folhas verdes que estimulam todos os sentidos (Figura 3). Minha reação física às especiarias – lágrimas e acessos de tosse – atestava, de forma incontestável, a intensidade

material daquele ambiente. Todavia, essa abundância sensorial coexiste com complexas negociações referentes a valores e acesso, evidenciando as dinâmicas econômicas mais amplas da sociedade indiana. Além do impacto sensorial, revelava-se uma lógica social profundamente arraigada: a negociação de preços é um ritual comunicativo que estabelece e reforça vínculos entre vendedores e compradores – não como mera pechincha. A recusa em participar de negociações, conforme me explicaram meus acompanhantes locais, representa a rejeição à própria sociabilidade. Em Chanda, a compra semanal no mercado é principalmente uma oportunidade social para atualizar-se sobre as notícias, fofocas e fortalecer os laços comunitários. Esta perspectiva rural complementa os estudos de Gupta (2018) sobre Delhi, que demonstra como as dinâmicas de sociabilidade alimentar se transformam conforme o contexto, assim como as observações de Sharma (2018) sobre como as barracas urbanas encontram eco na função social dos mercados rurais.

Os mercados locais funcionam, assim, como sensíveis barômetros da sazonalidade e da produção regional. Em oposição marcante à uniformização dos supermercados, sua oferta varia em harmonia com os ciclos das estações e das colheitas, estabelecendo uma conexão entre os consumidores e os ritmos da natureza. Minha vivência nesses ambientes foi essencial para entender que o fornecimento de alimentos na Índia é um processo intensamente social, fundamentado em redes de confiança mútua e em um saber transmitido através das gerações, que analisa a qualidade, debate o preço justo e valoriza a experiência do compartilhamento. Essa lógica social, que guia as interações em Delhi e em Chanda, respalda a análise de Gupta (2018), segundo a qual esses mercados se estabelecem como instituições híbridas nas quais a economia e a vida em comunidade se entrelaçam de maneira indissociável.

Alguns dos Pratos que Comi

1. *Thali*

Mais do que uma refeição, o *thali* é uma verdadeira cosmologia disposta em um prato de metal. O termo se refere tanto ao prato redondo quanto às pequenas tigelas – *katoris* – que vêm com ele, cada uma com uma preparação diferente. Essa disposição não é por acaso: ela materializa o princípio ayurvédico do equilíbrio dos seis sabores. No *thali*, você prova o sabor doce de um *gulab jamun*, o azedo de um *achar* (picles), o salgado de um *sabzi* (vegetais cozidos), o picante de um *sambar* (como um ensopado), o amargo da melancia amarga e o adstringente de uma salada. É uma refeição que abrange todos os aspectos, na qual grãos, legumes, lentilhas e laticínios se unem para oferecer uma nutrição completa e, ao mesmo tempo, simbolicamente equilibrada.

O *thali*, na prática, oferece uma experiência gastronômica acessível e envolvente para os sentidos. A sua fundamentação ritualística se revela por meio do serviço incessante: os *babus* (garçons) circulam com panelas em mãos, reabastecendo as tigelas em gestos de generosidade calculada. A utilização da mão direita como ferramenta essencial promove uma mescla sensorial dos sabores; amassar o arroz com o *dal* caracteriza-se como um ato de apropriação cultural. Essa configuração desafia a ordem linear do cardápio ocidental, propondo uma harmonia de sabores apreciados de forma não hierárquica e de caráter extremamente personalizado. Enquanto o *thali* representa tradições alimentares profundamente enraizadas, é importante lembrar, como destaca Sen (2013), que a culinária indiana sempre foi receptiva a influências externas, incorporando criativamente elementos de fora, que incluem contribuições portuguesas significativas e atestam sua histórica capacidade de ressignificação.

Embora *thali* seja um termo genérico que se refere à ideia de uma refeição composta por vários elementos dispostos em um prato redondo, como o Professor Soumendra Patnaik me explicou, ao ler este texto em sua versão preliminar, suas manifestações específicas – como o *thali* norte-indiano, sul-indiano ou bengali – variam significativamente em composição e sequência. A análise a seguir concentra-se particularmente no *thali bengali*, conforme vivenciado na Bengala Ocidental, para compreender sua lógica ritualística e terapêutica distintiva.

Conforme evidenciado em diálogo com o antropólogo Saptarshi Bairagi,

o *thali* da Bengala Ocidental apresenta uma sequência ritual que organiza sabores e características terapêuticas conforme uma lógica particular. Inicia-se com o *begun neem* – berinjela, considerada “sem sabor”, frita com folhas de *neem* –, combinação amarga que estimula as enzimas digestivas. Segue-se o *dal*, de qualidade adstringente e proteica, acompanhado de frituras (*bhaja*),

antes do *shukto* – preparo de vegetais que sintetiza os seis sabores ayurvédicos e promove o equilíbrio dos *doshas*. O prato principal disponibiliza proteínas de origem animal, designadas como “comidas pesadas”, nas quais o peixe, conforme evidenciado por Banerjee (2017), vai além de sua função nutricional, atuando como um símbolo cultural que conecta tradição e identidade regional. A passagem doce é realizada por meio do *chutney* agridoce, seguida de sobremesas como *mishti doi* ou *rasgulla*, culminando com a ingestão de *mukhōti* (folha de *pān* amargo com calcário comestível) para neutralizar a acidez. A disposição sequencial, que abrange fisiologia, paladar e significado social, ilustra a perspectiva de Poulain (2013) acerca da refeição enquanto prática cultural que, de forma simultânea, organiza e é organizada pela sociedade. Assim, o *thali* materializa fisicamente o princípio ayurvédico

de harmonia, revelando, simultaneamente, revelando uma ontologia de totalidade e estrutura social na qual cada elemento possui um espaço específico.

2. *Dahi* (Iogurte)

O *dahi* (iogurte) é um pilar da alimentação indiana, presente em todas as refeições que vi. Além de seu reconhecido valor probiótico, conforme estudado por Kumar (2016), este alimento fermentado, tradicionalmente preparado em residências, se relaciona de diversas maneiras com a prática alimentar: é consumido in natura, transformado em *chaas* (bebida digestiva) ou utilizado como base para o *raita*, que harmoniza sabores picantes. Sua importância vai além da função digestiva: na categorização ayurvédica, o *dahi* é visto como *sattvico* – um alimento puro e tranquilizante – representando, dessa forma, a convergência entre saberes tradicionais e o bem-estar fisiológico.

Em Chanda, pude notar o processo diário de fabricação do *dahi*: realiza-se a inoculação de leite fresco com uma porção do iogurte do dia anterior, em uma fermentação que é, simultaneamente, bacteriana e simbolicamente ancestral – uma tradição que se transmite por gerações. A prática tradicional, a qual é considerada por Kumar (2016) como essencial para a segurança e digestibilidade dos alimentos sob a perspectiva microbiológica, vai além do âmbito da nutrição. O *dahi* desempenha igualmente uma função ritual: ao ser servido com açúcar antes de momentos significativos, como exames ou deslocamentos, simboliza um *shubh arambh* – um início auspicioso. Assim, o iogurte artesanal se configura, simultaneamente, como um elemento de bem-estar, uma ligação com a tradição familiar e um ícone de prosperidade, o que justifica sua presença contínua na mesa indiana, tanto por suas propriedades funcionais quanto por seu significativo valor cultural.

3. *Pani Puri*

O *pani puri* é o alicerce da comida de rua como performance em Delhi. Você fica em frente à barraca, e o vendedor, com agilidade impressionante, pega uma *puri* – uma bolinha oca e crocante –, abre com o dedo, recheia com uma mistura de grão-de-bico e batata temperados, mergulha numa tigela de água aromatizada – ácida, doce e picante – e entrega na sua mão para você comer de uma vez. O prazer está na mistura simultânea de texturas contrastantes: o crocante, o macio e o líquido.

No contexto social, a barraca de *pani puri* desempenha uma função comunitária significativa. Em Delhi, vê-se executivos de terno, estudantes e trabalhadores braçais lado a lado, curvados sobre o mesmo balcão ou carrinho, compartilhando a mesma experiência. A alimentação constitui uma prática coletiva, ágil e intimamente relacionada à convivência social. Sob a perspectiva etnográfica, o *pani puri* representa a inovação culinária da cidade: uma opção acessível, prática e saborosa que converte elementos triviais em uma vivência de interação social. O ato de consumir *pani puri* em grupo, em pé, momentaneamente nivela as hierarquias sociais, constituindo-se como uma *communitas* passageira no contexto urbano.

4. *Kichuri*

Kichuri (em bengali) ou *Khichdi* (em hindi) é o epítome do alimento que conforta: um cozido cremoso de arroz e lentilhas *moong dal*, temperado com cominho, gengibre e cúrcuma. Sua digestão facilitada o torna ideal para crianças, idosos e indivíduos em processo de recuperação; no entanto, essa simplicidade aparente disfarça uma significativa relevância sociopolítica. Conforme relata a UNICEF (2020), o *kichuri* enriquecido constitui a refeição principal nos centros Anganwadi, que fazem parte do programa governamental destinado ao combate da desnutrição infantil, sendo acrescido de óleos e legumes para incremen-

tar seu valor nutritivo. Assim, o prato navega entre o âmbito doméstico do zelo e a dimensão institucional das políticas públicas, refletindo tanto a tradição culinária quanto um meio de intervenção social.

Conforme citado em publicações anteriores (Fernandes, 2025, p. 315), o *khichuri* se apresenta, igualmente, como um componente essencial em contextos comunitários: “Nas três manhãs, as atividades terminaram com uma merenda comunitária. Etee Saha preparou *khichuri* com ovos cozidos, sob a supervisão de Amita Bairagi, o prato principal”. Esta etnografia – que destaca o preparo em fogão de chão na varanda da escola – captura a materialidade do prato enquanto “uma textura cremosa e nutritiva” que transcende sua simplicidade aparente. Ao colocar o *khichuri* simultaneamente no lar, na comunidade e no âmbito institucional, revela-se como este prato também encarna a versatilidade alimentar indiana: mesmo ingrediente, múltiplos significados sociais.

Além disso, o *khichuri* possui um significado cultural muito amplo. Na Bengala Ocidental, durante o festival que celebra a deusa Durga (*poodja*), um *khichuri* especial, chamado *bhog*, é cozinhado em grandes quantidades nos templos e depois distribuído como *prasad*, ou alimento divino. É um prato que une, seja na escala íntima do cuidado familiar, seja na escala maciça da *poodja* religiosa ou nas políticas públicas do estado. Representa resistência e atenção, convertendo alimentos simples em um prato saudável, acessível e repleto de significados.

5. Kulfi

Conforme analisam Nagajjanavar et al. (2016), o *kulfi* representa uma das mais duradouras heranças culinárias do período Mogol na Índia. É completamente diferente dos sorvetes ocidentais devido ao seu processo tradicional de *mawa* – que envolve a redução lenta do leite até que os açúcares e gorduras

se tornem mais concentrados –, o que resulta em uma textura densa e cremosa. Tradicionalmente aromatizado com cardamomo, pistache ou açafrão, e congelado em moldes cônicos sem ser agitado, o *kulfi* mantém uma técnica que é ao mesmo tempo atemporal e singular. A sua presença contínua na gastronomia contemporânea comprova a resiliência e a intensa absorção dos saberes culinários mogóis na rotina alimentar da Índia.

Encontrar um vendedor de *kulfi* é uma experiência. Os moldes ficam num *matka* – um pote de barro com gelo e sal, que funciona como freezer natural. O *kulfi* é desenhado na hora, preso a um palito, e sua textura pede para ser lambida, não mastigada. Num país de climas extremos, o *kulfi* não é uma importação e oferece um alívio do calor tradicional. Representa um saber-fazer lento num mundo acelerado, uma sobremesa que carrega a paciência do seu preparo em cada mordida ou lambida. O *kulfi* se sobressai como uma representação singular da sobremesa típica da Índia.

6. Chai

Segundo Fuller (2012), o *chai*, na Índia, é muito mais do que uma simples infusão, sendo um verdadeiro “néctar social” que organiza interrupções diárias e facilita interações. Sua preparação ritualística distingue-se radicalmente do chá ocidental: uma fervura vigorosa que funde chá, leite, água, açúcar e especiarias – cardamomo, gengibre e cravo – em emulsão aromática. Essa materialidade se estende ao servir em pequenos copos de vidro ou de barro que aquecem as mãos, tornando o ato de consumir uma experiência sensorial plena que fortalece os vínculos comunitários.

A oferta de *chai*, que se vê diariamente em campo, é um gesto importante de hospitalidade que confirma sua função como “tecnologia social” na análise de Fuller (2012). Negá-lo é quebrar normas elementares de relacionamento. Os estabelecimentos de *chaiwalas*, constantemente presentes, atuam como am-

bientes de socialização informal, nos quais são debatidas desde temáticas políticas até arranjos cotidianos. Ao intermediar reuniões, o *chai* estrutura temporalidades e fortalece conexões, desempenhando um papel similar ao do cafezinho brasileiro, entretanto, com uma acentuação cultural ainda mais evidente. A sua natureza enquanto bebida torna-se secundária diante de sua relevância como um meio de união social.

Conclusão

A vivência culinária na Índia, conforme busquei evidenciar, caracteriza um contexto intrigante, onde se registram os códigos mais profundos da vida em sociedade. Conforme já observei na dicotomia entre Delhi e Chanda, o alimento representa o elemento tangível que evidencia as estruturas da cultura, da religião e do poder. Cada escolha relativa à alimentação, distando de ser fortuita, diz respeito a um ato imbuído de significados que, conforme Poulain (2013), caracteriza-se como um fato social total, ao englobar as dimensões biológica, cultural e simbólica. Essa perspectiva corrobora a concepção de Narayan (2005) de que a gastronomia opera como um sistema intrincado de expressão, no qual identidades são discutidas em um ato performático.

A antropologia da alimentação fornece ferramentas analíticas que permitem revelar essas diversas camadas de significado, evidenciando que as práticas alimentares vão além da simples função nutricional, estabelecendo-se como formas elaboradas de comunicação social. É necessário, contudo, manter uma vigilância crítica: as narrativas dominantes nas redes sociais frequentemente aplanam nuances e complexidades em prol de estereótipos digeríveis e engajamento quantificável.

É fundamental, todavia, evitar uma interpretação eufórica ou excessivamente exótica dessas práticas. A alimentação que promove a celebração de comunidades e identidades pode, simultaneamente, servir como um agente de exclusão e violên-

cia, como demonstram os conflitos políticos relacionados ao consumo de carne bovina. A riqueza sensorial e simbólica da culinária indiana não anula, mas se entrelaça com os desafios relacionados à pobreza, desigualdade e tensões sociais que permeiam o país. Desconstruir estereótipos coloniais requer, assim, o reconhecimento dessa complexidade e ambivalência.

É nesse contexto que a imersão etnográfica se demonstra significativa. Ao mudar de espectador para participante, a vivência em campo confronta teorias com a prática e desfaz preconceitos na imprevisibilidade dos encontros concretos. Compreender uma sociedade por meio de sua gastronomia demanda, assim, um grau de humildade epistemológica e uma abertura genuína ao diálogo. Além de ser um exercício intelectual, consiste em um compromisso com a alteridade, na qual decifrar sabores é semelhante a descobrir a própria estrutura social que os gerou.

Nota:

¹ Agradeço à Dra. Juliana Cavilha pelo convite para ministrar a conferência no curso de Gastronomia da Universidade Estácio de Sá, em Florianópolis, o que me levou a estruturar essas reflexões. Aqui, abordo temáticas relacionadas ao período de pós-doutorado que realizei no Centro de Estudos Tribais do Departamento de Antropologia da Universidade de Delhi, sob a supervisão do Professor Dr. Soumendra Patnaik, igualmente, no Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Humanas da UFSC, sob a supervisão da Profa. Dra. Miriam Grossi. Agradeço, igualmente, a Sameer Chaudhary e Saptarshi Bairagi, pela colaboração referente aos termos em hindi e por outras correções. E igualmente o aporte da Profa. Dra. Olga Garcia, Pró-Reitora de Extensão da UFSC, pela cuidadosa leitura prévia deste texto. Revisão profissional por Gerusa Bondan.

Referências:

ACHAYA, Koppa Thimmaya. 1994. *Indian Food: A Historical Companion*. Oxford: Oxford University Press.

- BANERJEE, Abhijit Vinayak. 2017. "Fish and Identity in Bengal." *Journal of South Asian Studies*, 45(2):78-95.
- BBC NEWS. Deaths raise fresh fears over cow vigilantism in India. 2023. (<https://www.bbc.com/news/world-asia-india-65229522>; acesso em: 25/11/2025).
- DOUGLAS, Mary. [1966] 2017. *Pureza e Perigo: Um Ensaio sobre os Conceitos de Poluição e Tabu*. São Paulo: Perspectiva.
- DUMONT, Louis. [1966] 1992. *Homo Hierarchicus: O Sistema de Castas e suas Implicações*. São Paulo: EdUSP.
- FAO. 2022. *India: Fruits and Vegetables Production Statistics*. Roma: Food and Agriculture Organization of the United Nations. (<https://www.fao.org/india/fao-in-india/india-at-a-glance/en/>; acesso em 15/10/2025).
- FERNANDES, Felipe Bruno Martins. 2025. "Educação Infantil no Campo: O Projeto ICDS em Chanda, Bangaon, Bengala Ocidental, Índia." *CADERNOS de Gênero e Diversidade*, 11(1):310-323. (<https://periodicos.ufba.br/index.php/cadgendiv/article/view/67012>; acesso em 15/10/2025).
- FULLER, Christopher John. "Tea and Sociability in India." *Anthropology Today*, 28(4):12-15. (<https://rai.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-8322.2012.00890.x>; acesso em 15/10/2025).
- GUPTA, Shweta. 2018. *Delhi: Markets and Food Practices*. Londres: Routledge.
- JAFFRELOT, Christophe. 2020. "Religion, Politics and Food in India." *Contemporary South Asia*, 28(3):45-62. (<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09584935.2020.1765982>; acesso em 15/10/2025).
- KUMAR, R. 2016. Fermented Foods in Indian Diet. *Food Microbiology*, 54:113-125. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S074000201500289X>; acesso em: 15/11/2025).
- NAGAJJANAVAR, Kiran; RAVINDRA, Menon Rekha; BIRWAL, Preeti; KUMAR, Mahesh. 2016. "Kulfi: a Traditional and Nutritional Frozen Dessert: A Review." *International Journal for Research in Applied Science and Engineering Technology*, 12(2):936-940. (<https://www.aarf.asia/current/2016/Jul/gfHvj8NJ1mlWSRG.pdf>; acesso em 15/10/2025).
- NARAYAN, Uma. 2005. "Eating Cultures: Incorporation, Identity and Indian Food". In KORSMEYER, Carolyn (Ed.): *The Taste Culture Reader: Experiencing Food and Drink*, pp. 344-355. Berg: Oxford. (<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13504630.1995.9959426PEW>).
- PEW RESEARCH CENTER. 2021. *Religion and Dietary Practices in India*. Washington, DC: Pew Research Center. (<https://www.pewresearch.org/religion/2021/06/29/religion-and-dietary-practices-in-india/>; acesso em 15/10/2025).

- POULAIN, Jean-Pierre. 2013. *Sociologia da Alimentação: os comedores e o espaço social alimentar* (R. P. da Costa Proença Trad.). Florianópolis: Editora Universitária UFSC.
- RIAL, Carmem Sílvia Morais. 2005 “Olhares antropológicos sobre a alimentação no Brasil: primeiros escritos sobre comida e identidade”. In CANESQUI, Ana Maria; GARCIA, Rosa Wanda Diez (Orgs.): *Antropologia e nutrição: um diálogo possível*, pp. 217-234. Rio de Janeiro: Fiocruz. (<https://books.scielo.org/id/8vkgt>; acesso em 15/10/2025).
- SEN, Colleen Taylor. 2013. “The Portuguese Influence on Indian Cuisine”. In COUNIHAN, Carole; ESTERIK, Penny Van. *Food and Culture: A Reader*, pp. 115-130. Londres: Routledge.
- SHARMA, Priyanka. 2018. “Street Food in Delhi: A Study of Vendor Practices.” *Economic and Political Weekly*, 53(22):35-42.
- UNICEF INDIA. 2020. *Nutrition Programs and Kichuri in Anganwadi Schools*. Nova Delhi: Unicef. (<https://www.unicef.org/india/nutrition>; acesso em 15/10/2025).

To Eat in India: Ethnography, Flavors, and Social Grammars

Abstract: Based on a work mission conducted during my postdoctoral fellowship at the University of Delhi and a stay in West Bengal, this article delves into India's food practices through an anthropological lens. The purpose of this analysis is to investigate how the act of eating serves as an indicator of religious, regional, and caste identities, manifesting in both urban and rural environments. The choice of what to eat is, therefore, a topic that involves a rich cultural tapestry, where political, religious, and social aspects intertwine. By analyzing certain dishes and through ethnographic observations in markets, public streets, and residences, I present in this study how gastronomy functions as a code that allows for understanding the social structure of India, transcending its nutritional function and assuming the role of a cultural and political language.

Keywords: Food anthropology, India, Cultural identity, Vegetarianism, Street food.

Recebido: 16.11.2025

Aceito: 25.11.2025