

EQUIPA EDITORIAL | EDITORIAL TEAM

DIRETORA PRINCIPAL | GENERAL EDITOR

Carmen Soares, Universidade de Coimbra, Portugal

DIRETORA ADJUNTA | ASSOCIATE EDITOR

Paula Barata Dias, Universidade de Coimbra, Portugal

COORDENADORES CIENTÍFICOS | SCIENTIFIC EDITORS - VOL. II (2025)

Maria Helena da Cruz Coelho, Universidade de Coimbra, Portugal

José Luís Brandão, Universidade de Coimbra, Portugal

COMISSÃO CIENTÍFICA | EDITORIAL BOARD

Ana Isabel Buescu, Universidade Nova de Lisboa, Portugal

Andrew Dalby, Investigador Independente, Reino Unido

Anny Jaqueline Silveira, Universidade Federal de Ouro Preto, Brasil

Carlos Costa, Universidade de Aveiro, Portugal

Cilene Ribeiro, Pontifícia Universidade do Paraná, Brasil

Claudete Oliveira Moreira, Universidade de Coimbra, Portugal

Delfim Ferreira Leão, Universidade de Coimbra, Portugal

Eliane Abrahão Morelli, Universidade Estadual de Campinas, Brasil

Gonçalo de Vasconcelos e Sousa, Universidade Católica Portuguesa – Porto, Portugal

Inês de Ornellas e Castro, Universidade Nova de Lisboa, Portugal

Irene Vaquinhas, Universidade de Coimbra, Portugal

Isabel Drumond Braga, Universidade de Lisboa, Portugal

Jean-Pierre Poulain, Université de Toulouse, França

Jesus Contreras, Universidad de Barcelona, Espanha

John Wilkins, University of Exeter, Reino Unido

José Augusto Bernardes, Universidade de Coimbra, Portugal

José Luís Brandão, Universidade de Coimbra, Portugal

José Manuel Sobral, Universidade de Lisboa, Portugal

José Newton Meneses, Universidade Federal de Minas Gerais, Brasil

Laurence Totelin, University of Cardiff, Reino Unido

Maria Cecília Amorim Pilla, Pontifícia Universidade do Paraná, Brasil

Maria Helena da Cruz Coelho, Universidade de Coimbra, Portugal

Maria José Azevedo Santos, Universidade de Coimbra, Portugal

Massimo Montanari, Università degli Studi di Bologna, Itália

Patrícia Merlo, Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil

Peter Scholliers, Vrije Universiteit Brussel, Bélgica

Ricardo Bonacho, Escola Superior de Hotelaria e Turismo do Estoril, Portugal

S. Douglas Olson, University of Minnesota, Estados Unidos da América

Stefano Magagnoli, Università di Parma, Itália

Valdecir Ferri, Universidade Federal de Pelotas, Brasil

Virginie Amilien, Oslo Metropolitan University, Canadá

Wanessa Asfora, CECH-Universidade de Coimbra, Portugal

Xavier Medina, Universitat Oberta de Catalunya, Espanha

EDIÇÃO

Imprensa da Universidade de Coimbra

Rua da Ilha, 1 - 3000-214 Coimbra

Email: imprensa@uc.pt

URL: http://www.uc.pt/imprensa_uc

Vendas online: <http://livrariadaimprensa.uc.pt>

DESIGN

Mickael Silva

ISSN DIGITAL

2976-0232

DOI

https://doi.org/10.14195/2976-0232_2

PERIODICIDADE

Fluxo Contínuo

<https://impactum-journals.uc.pt/diaita>

PROPRIEDADE • CONTACTOS • SEDE DE REDAÇÃO

Gabinete de Apoio a Projetos e Centros de Investigação. Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra

Largo da Porta Férrea • 3004-530 Coimbra (Portugal)

Telef. 239 859984 • gapci2@fl.uc.pt

OBRA PUBLICADA COM O APOIO DE



Publicação financiado com Fundos Nacionais através da FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito do projeto UIDB/00196/2025/

Publication financed by National Funds through FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., under the project UIDB/00196/2025/

© Fevereiro 2025. Imprensa da Universidade de Coimbra
Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra

**“SOBRE O COZINHADO DOS ALIMENTOS
QUE SE NÃO COMEM CRUS”¹**

**UMA LEITURA DAS PRÁTICAS CULINÁRIAS
SEGUNDO O *TRATADO COMPLETO DE
COZINHA E DE COPA (1904)***

**“ON THE COOKING OF FOODS THAT ARE
NOT EATEN RAW”:
AN ANALYSIS OF CULINARY PRACTICES
ACCORDING TO THE *TRATADO COMPLETO
DE COZINHA E DE COPA (1904)***

SANDRA MORAIS

sfernandesmoraes@gmail.com

Doutoranda em Patrimónios Alimentares: Culturas e Identidades na Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra

CHSC - Centro de História Sociedade e Cultura e CIES-ISCTE - Centro de Investigação e Estudos em Sociologia

<https://orcid.org/0000-0003-2860-612X>

RESUMO

O *Tratado Completo de Cozinha e de Copa*, escrito por Carlos Bento da Maia, é uma obra de referência que marcou a difusão do saber culinário ao longo da primeira metade do século XX. Apesar da reconhecida importância deste livro e do autor no panorama da literatura culinária portuguesa são escassos os estudos que lhe foram dedicados.

1 Esta investigação foi financiada pela FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., no âmbito de uma bolsa individual de doutoramento (referência 2022.11930.BD).

Neste trabalho refletimos sobre as práticas culinárias portuguesas na sua dimensão histórica, centrando-nos nos contributos da literatura culinária e estabelecendo relações com os aspetos materiais e culturais da confecção alimentar no espaço doméstico. Apresentamos os resultados de uma análise quantitativa e qualitativa com base em 495 receitas do livro em estudo, suportando-nos nas apreciações que Bento da Maia registou na secção “Sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus”.

A caracterização do receituário, atendendo aos métodos e técnicas culinárias, e particularmente às técnicas de cocção e de conservação dos alimentos, proporcionou uma interpretação à luz da cronologia da transição energética e tecnológica das primeiras décadas de 1900 em Portugal, destacando o papel destes fatores na evolução das práticas culinárias, contribuindo simultaneamente para ampliar o conhecimento da literatura culinária portuguesa do século XX.

PALAVRAS-CHAVE

Literatura culinária, Práticas culinárias, Cozinha Portuguesa, Energia e Tecnologia, Século XX.

ABSTRACT

O Tratado Completo de Cozinha e de Copa, written by Carlos Bento da Maia, is a seminal work that marked the dissemination of culinary knowledge throughout the first half of the 20th century. Despite the recognized importance of this book and its author in the panorama of Portuguese culinary literature, there have been few studies dedicated to it. In this work, we reflect on Portuguese culinary practices in their historical dimension, focusing on the contributions of culinary literature and establishing relationships with the material and cultural aspects of food preparation. We present the results of a quantitative and qualitative analysis based on 495 recipes from the book, supported by the assessments that Bento da Maia recorded in the section “Sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus”. The characterization of the recipe collection, considering culinary methods and techniques, with special attention given to cooking and food preservation techniques, allowed an interpretation considering the chronology of the energy and technological transition of the early 1900s in Portugal, highlighting the

role of these factors in the evolution of culinary practices, while also contributing to a broader understanding of Portuguese culinary literature from the 20th century.

KEYWORDS

Cookbooks, Culinary practices, Portuguese cuisine, Energy and Technology, 20th century.

Introdução

O título escolhido por Carlos Bento da Maia para o seu livro – *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* – não foi fortuito: trata-se de facto de um manual extenso e minucioso. Relevante para a difusão da arte culinária ao longo da primeira metade do século XX, e aberta a múltiplas perspectivas de análise, esta obra não foi, contudo, objeto de muitos estudos.

A cozinha, enquanto prática social e cultural, reflete dinâmicas históricas, materiais e tecnológicas, e o *Tratado* constitui uma fonte privilegiada para compreender estas interseções no contexto português. Neste estudo, analisamos as práticas culinárias descritas na obra, com particular atenção à secção “Sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus”, considerando-as à luz das transições energéticas e tecnológicas das primeiras décadas do século XX em Portugal, em particular, no caso de Lisboa.

Esta investigação visa caracterizar as técnicas e métodos culinários registados no *Tratado*, com destaque para os processos de cocção e conservação dos alimentos. A análise baseia-se numa amostra representativa de 495 receitas, permitindo compreender os métodos mais frequentes na obra e identificar indícios das transformações em curso nas cozinhas portuguesas daquele período.

Estruturamos o artigo em quatro partes. Na primeira, fazemos uma breve contextualização da literatura culinária portuguesa e do cenário tecnológico do período em análise. Na segunda, apresentamos dados biográficos de Carlos Bento da Maia e uma visão geral do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa*, com especial atenção para a secção “Sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus”. Prosseguimos com a análise quantitativa e qualitativa das técnicas culinárias presentes no receituário e concluímos tecendo algumas considerações acerca dos resultados alcançados.

A literatura culinária portuguesa do século XX

O *Tratado Completo de Cozinha e de Copa*, de Bento da Maia, sendo considerado uma obra de referência produzida em Portugal na primeira metade do século XX, não foi objeto de uma análise aprofundada. Contudo, aspetos relevantes do livro foram tratados no âmbito da história da alimentação. A título de exemplo, as ementas sugeridas por Bento da Maia no seu *Tratado* foram estudadas e comparadas com as publicadas vinte anos mais tarde na *Ilustração Portuguesa*, numa análise da dieta e das mudanças dos hábitos alimentares ao longo das primeiras décadas do século XX.² Procurando ecos de marcadores da identidade culinária regional e nacional, na literatura culinária do início do século passado, o *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* foi destacado pelo pioneirismo face ao número de receitas regionais incluídas, sobretudo do Alentejo e Trás-os-Montes, apesar de não se assumir como um livro de cozinha portuguesa.³ A obra de Bento da Maia foi igualmente analisada no estudo sobre a introdução dos francesismos culinários na língua portuguesa, sublinhando-se o recurso a vocabulário português e o aportuguesamento de termos culinários.⁴

Sendo escassas as reflexões sobre a obra que motivou este estudo, certo é que a literatura culinária portuguesa do século XX, extensa e diversificada, foi objeto de investigação por autores de referência, que realçaram as características próprias desse legado, atendendo ao contexto social, político e económico da época, bem como às influências nas práticas alimentares dos portugueses. Em *BiblioAlimentaria*, um trabalho de apresentação do acervo documental e bibliográfico da Universidade Coimbra, pertinente para os estudos da alimentação, surgem artigos, mais ou menos exaustivos, de livros de culinária publicados no início do século XX, como por exemplo, *Manual Completo de Cozinha Moderna* (1910), *O cozinheiro Prático* (1912) ou a edição da década de 1930 de *Isalita*.⁵ A apreciação da obra *Cosinha Portuguesa* (2ª ed.1902) mereceu uma análise detalhada do seu conteúdo, sublinhando o enquadramento num movimento de afirmação do nacionalismo culinário.⁶ Igualmente objeto de

2 Marques 1991: 619–621.

3 Braga 2014.

4 Cândido 2021.

5 Soares e Gomes 2018.

6 Soares 2018.

análise foram os primeiros livros de receitas escritos por mulheres portuguesas, tratando o conteúdo das obras num diálogo com os papéis exercidos pelas mulheres nos finais do século XIX e início do século XX.⁷ Isabel Drumond Braga e Maria Cecília Pilla⁸ estudaram os livros de Rosa Maria, em Portugal e no Brasil, publicações populares durante a primeira metade do século passado. O processo de criação e construção de um *best seller* no contexto dos livros de cozinha portuguesa, o *Livro de Pantagrue*, inspirou igualmente estudos⁹. Uma obra pioneira enquanto marcador de um receituário nacional, *Cozinha Portuguesa* de António Maria de Oliveira Bello (OLLEBOMA) foi analisada por Fábio Guerreiro.¹⁰ Raquel Mouta contribuiu para esclarecer o papel de Odette Cortes Valente na construção da identidade culinária regional acompanhando as iniciativas editoriais iniciadas em 1962.¹¹ Sobre uma obra mais recente, e de reconhecida importância na fixação de uma matriz da cozinha tradicional, é o trabalho desenvolvido por Margarida Abreu sobre o livro *Cozinha Tradicional Portuguesa* de Maria de Lurdes Modesto,¹² que apresenta uma análise exaustiva do seu conteúdo e a contextualização no universo das publicações dedicadas à cozinha portuguesa. São ainda relevantes diversos estudos sobre publicações periódicas femininas portuguesas do início do século XX tratando, no seu conjunto, temas como a divulgação e formação culinária, os ideais de economia doméstica, a publicidade aos eletrodomésticos, a promoção das modernas energias, as influências internacionais e a construção da identidade da cozinha portuguesa.¹³

No enquadramento do tema deste estudo, ainda no quadro da literatura culinária, importa conhecer o panorama editorial da época e as eventuais influências na obra literária do autor em questão. A obra de Bento da Maia surgiu numa época, inaugurada no século XIX, marcada pela crescente diversificação de publicações culinárias destinadas ao grande público.¹⁴ Ainda na década de

7 Braga 2008.

8 Braga e Pilla 2018.

9 Braga e Castro 2013; Braga 2023.

10 Guerreiro 2018.

11 Mouta 2023.

12 Abreu 2018.

13 cf. Agostinho 2007; Guimarães 2007; Gomes 2011; Braga e Braga 2012; Braga 2020a; Braga 2020b; Iken 2019; Iken 2023; Pardal 2023.

14 Soares e Gomes 2018: 39.

1870, conheceram-se títulos importantes da literatura da especialidade: *O Cosinheiro dos Cosinheiros* de Paul Plantier (1870) e a *Arte de Cozinha* de João da Matta (1876). Numa breve análise, constatamos que são notórias as semelhanças das explanações, redação e estrutura nas secções “Sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus” de Bento da Maia e “Preparação e Cocção dos Alimentos”¹⁵ de Paul Plantier. A falta de originalidade na abordagem de Bento da Maia é contrabalançada com aspetos distintivos do discurso transmitido, como o tom didático, as noções sobre refrigeração dos alimentos e a apresentação de tecnologia culinária inovadora.

Um pouco mais perto da data de publicação do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* salientam-se obras como *A cozinha Portuguesa, Arte Culinária e Preliminares* (1899) editado pela Imprensa Académica de Coimbra, reunindo contributos de inúmeras senhoras, o *Cosinheiro dos Pobres* (1901) de Michaela Brites de Sá Carneiro e, um pouco mais tarde, *Manual Completo de Cozinha Moderna* (1910). Estas obras, dedicadas às donas de casa, são exemplos da afirmação da identidade culinária nacional e da propagação de edições destinadas a grupos sociais com menos poder de compra.¹⁶ O *Tratado* de Bento da Maia partilha estas características, nomeadamente por coligir contributos de inúmeras colaboradoras, como veremos adiante.

Energia e tecnologia culinária em Portugal no início do século XX

A publicação do *Tratado Completo de Cozinha de Copa* ocorre na primeira década do século XX, época marcada pela difusão tecnológica, de produtos e serviços, como sejam a água canalizada, o aquecimento a carvão, a iluminação a gás ou os novos equipamentos domésticos, que elevaram os padrões de conforto material nos domicílios face às épocas anteriores.¹⁷ Relativamente à adopção de novas energias, vivia-se a primeira fase da transição energética em Portugal, compreendida entre finais do século XIX e a Primeira Guerra Mundial, caracterizada pela substituição da lenha e do carvão vegetal pelo carvão mineral ou pelo coque, e coincidindo com os primeiros avanços no uso do gás e da

15 Plantier 1890: 1-7.

16 Soares 2018:163; Cândido 2021: 30.

17 Cascão 2011.

eletricidade.¹⁸ Em Lisboa, a iluminação a gás teve início em 1848, seguindo-se o Porto em 1855 e Coimbra um ano mais tarde.¹⁹ A eletricidade chega também aos grandes centros urbanos portugueses entre finais do século XIX e o início do século XX, com aplicação sobretudo na iluminação pública, nos transportes e comunicações.²⁰ Apesar do progressivo aumento do consumo de gás e eletricidade até à Primeira Guerra Mundial, foi modesta a sua aplicação no quotidiano doméstico, e ainda mais, nas cozinhas portuguesas.²¹ Na realidade, os padrões de consumo dos combustíveis evoluíram de forma muito diferente consoante as camadas sociais, as condições socioprofissionais ou a localização geográfica. A distinção entre o meio rural e o meio urbano assume importância, sendo que as duas maiores cidades, Lisboa e Porto, assistiram a transformações relativamente mais cedo. A proximidade do mar, e por essa via, a facilidade em aceder a combustíveis importados (carvão mineral e querosene), a distância considerável dos fornecedores de lenha e carvão vegetal, a adoção precoce de gás de cidade e eletricidade são alguns dos fatores explicativos.²²

A partir de finais do século XIX comprova-se a utilização do carvão mineral nas casas lisboetas, não tanto para cozinhar, mas sobretudo para aquecimento, dada a falta de fogões capazes de minimizar os incómodos do fumo provocado pela combustão deste tipo de carvão comparativamente com o carvão vegetal.²³ Todavia, o carvão mineral chega às cozinhas por outra via, através do gás que é destilado a partir desse mineral. Em Lisboa, o relatório de gestão de 1892/93 das Companhias Reunidas de Gás e Electricidade (CRGE)²⁴, a empresa que detinha o monopólio da produção e distribuição de gás e eletricidade na capital portuguesa, contabiliza 4 970 fogões em serviço para 13 848 consumidores de gás, ou seja, cerca de 36% dos consumidores servidos pela rede teriam já um aparelho a gás.²⁵ É um sucesso relativo, pois

18 Henriques 2006.

19 Matos 2011: 118.

20 Figueira 2018: 16-17.

21 Matos et al. 2005; Bussola e Henriques 2006.

22 Henriques 2011.

23 Bussola e Teives 2005.

24 Resultante da fusão entre a Companhia Lisbonense de Iluminação a Gás (1848) e a Companhia Gás de Lisboa (1887), constituiu-se, a 10 de junho de 1891, em Lisboa, a sociedade Companhias Reunidas de Gás e Electricidade (CRGE), para produzir e distribuir gás e eletricidade e que permaneceu em atividade até 1975.

25 Relatório do Conselho de Administração das CRGE, 1892/93: 6.

o gás servia uma pequena faixa da população lisboeta e, embora com um número crescente de consumidores, manteve-se restrito aos residentes em locais servidos pela rede de distribuição e com poder de compra. Relativamente a outras cidades do país servidas por redes de gás, os escassos dados existentes para a cidade do Porto, atestam uma difusão mais lenta do fogão a gás face à capital. Os termos dos contratos celebrados com a Companhia Portuense de Iluminação a Gás em 1874 estipulavam que o fornecimento doméstico abrangia apenas o período do pôr ao nascer do sol, pelo que o uso do gás seria, predominantemente, para fins de iluminação.²⁶ Vincando esta ideia, em 1918 há notícia de que apenas 10% dos consumidores de gás portuenses possuíam fogão (710 aparelhos), revelando a fraca adesão ao uso do gás para cozinhar na segunda maior cidade do país.²⁷

As classes menos abastadas, residentes nestas cidades, poderiam beneficiar indiretamente do aumento do consumo de gás, recorrendo ao coque como alternativa aos combustíveis tradicionais. O coque, resíduo produzido na destilação do carvão mineral, com atributos semelhantes ao carvão vegetal, possibilitava a diversificação dos combustíveis domésticos nos grupos sociais com menos recursos económicos. Estudos realizados comprovam que, no caso de Lisboa, até à primeira década do século XX, o consumidor manteve a preferência pelo carvão vegetal, mesmo sendo o coque vendido a um preço inferior. Em 1911, por exemplo, era cerca de 60% mais barato do que o sucedâneo.²⁸ Esta decisão explica-se essencialmente pela mudança tecnológica requerida para o uso deste combustível. A combustão do coque, para ser eficiente, requer ventilação inferior, grelhas que permitam o fluxo de ar e a remoção de cinzas.²⁹ Os fogões, fogareiros, grelhas e as panelas de ferro tornam-se essenciais, implicando um investimento inicial dissuasor da mudança.³⁰

26 Matos 2011: 126.

27 Henriques 2006: 62.

28 Henriques 2006: 72; Segundo a mesma fonte, em 1858 o carvão vegetal era vendido a 320 réis a arroba e o coque a 160 réis. Para 1911 os valores são, respetivamente, 206 réis e 130 réis. Esta comparação de preços, só é possível por serem combustíveis com um poder calorífico semelhante. A título indicativo, refira-se que o preço do gás à época variava consoante o fim a que se destinavam, sendo de 55 réis para iluminação e de 35 réis para cozinha e aquecimento em 1898/99. Neste caso, não se pode estabelecer uma comparação com os combustíveis tradicionais com base no preço devido às diferenças do poder calorífico, aos custos de instalação, incluindo a aquisição de fogões a gás e às condições de acesso à rede de distribuição.

29 Wright 1970: 82-83.

30 Henriques 2006: 72.

Até à Primeira Guerra Mundial, e à medida que a oferta de equipamentos aumenta no mercado, o coque difunde-se nas casas lisboetas. Na primeira década do século XX, os consumos de coque representavam 56% do total dos combustíveis e em 1914 era aquele que mais vendia na capital do país.³¹ No meio rural, as mudanças não foram sentidas tão cedo, pelo que a lenha e o carvão vegetal continuaram a alimentar as lareiras e fornos das cozinhas, os únicos equipamentos mencionados, a par de alguns fogareiros a petróleo, nos *Inquéritos à Habitação Rural* levados a cabo já em plena década de 1940.³² Uma década mais tarde, a taxa de cobertura da eletricidade no meio rural era de 8,5% e inexistente no caso do gás canalizado.³³

Esta síntese revela a coexistência de diferentes realidades nas cozinhas portuguesas, mesmo nas cozinhas lisboetas, na época em estudo. Os fogões de ferro fundido (para uso de lenha, coque ou carvão mineral) estavam já bastante disseminados, existindo uma diversidade de modelos e preços no mercado. A partir da análise do Almanach Comercial de Lisboa de 1890 e do Anuário Comercial de 1910, Sofia Teives Henriques concluiu que, nesse período, o número de casas comerciais fornecedoras de fogões mais do que duplicou na capital.³⁴ Confirmamos igualmente a diversidade de modelos e preços deste tipo de fogões pela consulta dos catálogos dos *Armazéns Grandella* no período entre 1904 e 1910.³⁵ Relativamente ao fogão a gás, foi lenta a difusão na cidade de Lisboa, apesar de lhe serem reconhecidas vantagens em termos de controlo de temperatura, de consumo do combustível ou facilidade de limpeza, requerendo, contudo, treino para aprendizagem do manuseio correto e seguro. Desde finais do século XIX, na capital portuguesa, eram comercializados pelas CRGE e progressivamente foram aparecendo em lojas da especialidade. Um anúncio no Almanaque Palhares de 1904 refere que nos “Novos Armazéns de Exposição” situados na Rua da Boa Vista 33 se encontra o “mais variado e extraordinário sortimento de aparelhos a gaz e electricidade

31 Henriques 2006: 77.

32 Barros 1947; Basto 1943.

33 Henriques 2011: 123.

34 Henriques 2006: 75.

35 Catálogo Geral dos Grandes Armazéns Grandella (1904); Catálogo Geral de Inverno dos Grandes Armazéns Grandella (1908/1909); Catálogo Especial dos Grandes Armazéns Grandella (1910).

vindos do estrangeiro”, destacando os fogões de sala e cozinha para gaz”.³⁶ Todavia, o sucesso dos fogões a gás assinalado nos relatórios das CRGE na década de 1890, não foi favorecido pela conjuntura das primeiras décadas do século XX. O conflito mundial (1914-1918) implicou quebra de produção de gás devido à dificuldade em obter carvão britânico, tornando inevitável o regresso aos combustíveis tradicionais.³⁷ O número de clientes de gás decresce significativamente nesse período,³⁸ travando a progressão das tecnologias domésticas a ele associadas. A recuperação ocorrerá ao longo da década de 1930, altura de grandes investimentos em campanhas publicitárias por parte das CRGE, apostando grandemente na venda de fogões a gás. Dados estatísticos para 1936 informam que dos 24 225 clientes de gás na capital, 38,7% dispunham de um fogareiro a gás ou fogão sem forno; 12,08% tinham um fogão alugado à companhia e 18,71% possuíam um fogão com forno.³⁹ A consolidação desta tendência virá a acontecer só em período posterior à Segunda Grande Guerra, em virtude de políticas públicas e tarifárias.⁴⁰

Bento da Maia, na secção “Generalidades”, dedicou algumas palavras aos fogões, ilustrando a realidade heterogénea que Portugal conhecia à época, em termos de combustíveis e tecnologia para cozinhar. O autor reconhece a superioridade do fogão a gás, acessível aos habitantes das cidades providas desse combustível, por “não apresentar dificuldades ao acender” e permitir “graduar facilmente a quantidade de calor necessário”.⁴¹ Os modelos mais sofisticados existentes à época assemelhavam-se ainda aos fogões a lenha de ferro fundido, tendo forno, vários queimadores e uma caldeira para aquecimento de água. Os modelos mais simples, aqueles que eram oferecidos ou alugados aos clientes pelas CRGE, possuíam dois queimadores e uma grelha, como ilustrado no folheto publicitário “O Gaz” (**Figura 1**).

36 Almanach Palhares de 1904: 746.

37 Problemas na produção de gás, durante o conflito, afetaram os preços e condições do serviço, obrigando ao encerramento da fábrica em Lisboa em 1917.

38 Em 1914 as CRGE contavam 37 690 consumidores de gás e em 1920 restavam 11 822 segundo Henriques 2006: 100.

39 Morais 2024: 7.

40 Bussola 2004; Matos e Bussola 2021; Pardal 2023.

41 Maia 1904: 7.

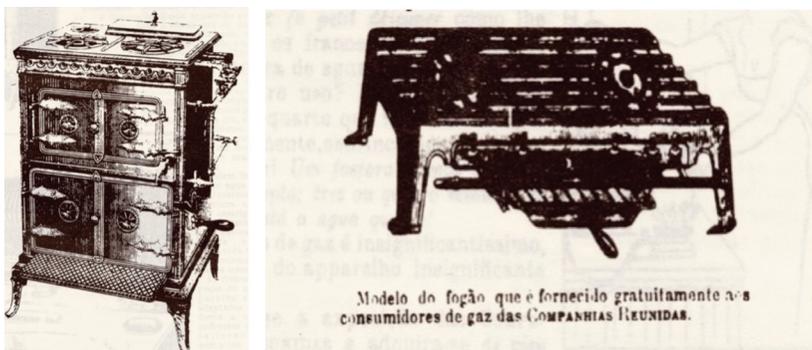


Figura 1: Modelos de Fogões a Gás comercializado pelas CRGE
Fonte: Folheto “O Gaz” publicado pela CRGE entre 1895-1900 (CDFEDP)

Em segundo lugar, o autor coloca os fogões de fogo circular alimentados a carvão de pedra, coque ou a lenha, mais difíceis de acender e de graduar o calor, mas preferíveis para algumas confeções, como sejam os pudins.⁴² Quanto aos fogareiros a carvão vegetal considera-os dispendiosos e limitativos das operações culinárias. Não detalha os modos de aquecimento usados na cozinha rural que considera “bastante grosseiros” e perfeitamente conhecidos de qualquer dona de casa experiente na cozinha em fogo aberto, adiantando apenas notas sobre as formas de acender o lume.⁴³

Carlos Bento da Maia: o autor e a obra

Carlos Bento da Maia é o pseudónimo de Carlos Bandeira de Melo, homem multifacetado que se distinguiu como militar, escritor e empresário. Nasceu a 13 de janeiro de 1848 em Lisboa, na freguesia de Santa Isabel. Foi o segundo dos três filhos de António Bandeira de Melo e de Maria José da Anunciação Lupi.⁴⁴ Casou-se com Maria Rita do Couto em dezembro de 1870. Tendo enviuvado em 1893, casou-se pela segunda vez, com Elzira Clementina Peixoto em 1894. Morreu em 26 de maio de 1924.⁴⁵ Militar

42 Maia 1904: 8

43 Maia 1904: 8.

44 Processo Individual do Coronel Carlos Bandeira de Melo (Arquivo Histórico Militar).

45 Folhas de Matrícula de Carlos Bandeira de Melo. *Livros de Matrícula do Pessoal, Registo*

de carreira, assentou praça como voluntário aos 19 anos, no regimento de Artilharia nº1 em 15 de outubro de 1867. Concluído o curso da Escola do Exército em 1871, progride na carreira como oficial do exército, tendo assumido cargos de direção na Fundação de Canhões, no Depósito Geral de Material de Guerra e na Fábrica de Armas.⁴⁶ Foi condecorado como Oficial da Real Ordem de S. Bento de Aviz (1895). Reformou-se em 1899, tendo a patente de coronel, declarada que foi a incapacidade para todo o serviço pela junta hospitalar de inspeção.⁴⁷ A vida do autor do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* não se resumiu às armas. Juntamente com Ricardo Loureiro e Eduardo Lupi fundou, em 1879, a Empresa Cerâmica de Lisboa.⁴⁸ Esta empresa mereceu um artigo na revista *O Occidente*,⁴⁹ acompanhado de uma fotografia de Carlos Bandeira de Melo (**Figura 2**).



Figura 2. Fotografia de Carlos Bandeira de Melo.
Fonte: Revista *O Occidente*, de 30 de julho de 1905:165.

dos Oficiais e Indivíduos com graduação de Oficial do Estado-Maior de Artilharia (1878-1808).

46 Folhas de Matrícula de Carlos Bandeira de Melo. *Livros de Matrícula do Pessoal, Registo dos Oficiais e Indivíduos com graduação de Oficial do Estado-Maior de Artilharia* (1878-1808).

47 Folhas de Matrícula de Carlos Bandeira de Melo. *Livros de Matrícula do Pessoal, Registo dos Oficiais e Indivíduos com graduação de Oficial do Estado-Maior de Artilharia* (1878-1808); Processo Individual do Coronel Carlos Bandeira de Melo (Arquivo Histórico Militar).

48 *Inquérito Industrial de 1881*: 93-94.

49 Revista *O Occidente*, de 30 de julho de 1905: 165.

O prólogo do *Tratado* indica que o autor conhecia, à data da publicação, o funcionamento quer do Asilo da Ajuda, quer do Asilo de Santo António, embora desconheçamos quando teve início a colaboração com a instituição asilar.⁵⁰ Em 1913, o pedagogo António Alfredo Alves, nos *Anais da Academia de Estudos Livres*, destacou o empenho de Bandeira de Melo na educação doméstica:

Sobre o ponto da educação doméstica, o ensino que nesta casa se ministra parece-nos o mais completo entre todos os estabelecimentos similares. Um dos diretores é o general Sr. Bandeira de Melo, uma alta competência no assunto; os seus livros de cozinha e de corte publicados com o pseudónimo de Carlos Bento da Maia dão-lhe um lugar de destaque entre as pessoas que se têm dedicado ao ensino doméstico.⁵¹

A multiplicidade de interesses, e a “paixão pela vulgarização dos conhecimentos de utilização imediata”⁵² explicam a ampla gama de temas explorados pelo coronel de artilharia. Entre eles destacam-se: engenharia e construção, economia doméstica, poupança de combustíveis, culinária, alfaiataria, jogos de cartas e inclusivamente traduziu para português o romance *O luxo dos outros* de Paulo Bourget. Assim sendo, ao *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* somam-se inúmeros títulos assinados por Bento da Maia: *Elementos de Arte Culinária* (s.d.); *Manual de Cozinha e de Copa* (reedições e atualizações em 1934, 1941, 1959, 1975 e 1982)⁵³; *Higiene da habitação* (1883); *Economia doméstica: modos de poupar combustível nas cozinhas: caixa Norueguesa* (1917); *Caes, cimentos e gessos* (1917); *Tratado elementar de risco e de corte de roupa* (1907); *Livro de paciências selecionadas e descritas* (2.^a ed em 1919).⁵⁴ O autor apenas assume a sua verdadeira identidade em publicações no âmbito da engenharia e construção, como sejam, os artigos apresentados na revista *A Construção Moderna* entre 1903 e 1906. Contudo, o nome que prevaleceu foi Bento da Maia, o pseudónimo de um coronel do exército que ficou para história como um general na cozinha.

50 Maia 1904: 2.

51 Alves 1913: 246.

52 Alves 1913: 246.

53 São publicações de pequena dimensão e acessíveis ao público com menos poder de compra, conforme explica o autor no prólogo.

54 cf. Rego 1998:69-70 e Catálogo nacional de dados bibliográficos – PORBASE.

O *Tratado Completo de Cozinha e de Copa*

A primeira edição do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* (1904) resultou, segundo o autor, do bom acolhimento que teve a publicação em fascículos dos *Elementos de Arte Culinária*.⁵⁵ Este trabalho de Bento da Maia, do qual desconhecemos a data de edição, integrou a *Collecção do povo: científica, artistica, industrial e agrícola* da editora Guimarães, Libânio & Ca.⁵⁶ Trata-se de um pequeno livro (70 páginas) dedicado à arte culinária, e estrutura-se em cinco partes: “Generalidades” onde se introduzem princípios gerais de cozinha; “Receitas d’algumas iguarias” (40 receitas); “Chá, Café e Leite”; “Doces” (50 receitas) e “Serviço de mesa” tratando a forma de servir as iguarias bem como a distribuição dos vinhos durante a refeição. A publicação em fascículos foi também a estratégia adotada pela editora Guimarães & C.^a, para lançamento da obra mais emblemática de Bento da Maia. Segundo um folheto publicitário da época “o livro das donas de casa e a mais útil das publicações”, um verdadeiro *Tratado Completo de Cozinha*, seria distribuído em fascículos, tornando-se acessível ao público com menos poder aquisitivo (**Figura 3**).



Figura 3. Folheto Publicitário ao *Tratado Completo de Cozinha*
Fonte: Arquivo Privado Ana Marques Pereira.

55 Maia 1904:1.

56 Reimpresso em 2012 pela editora Apenas Livros. A editora Guimarães, Libanio & C^a foi assim designada entre 1899 e 1903, ano em que por dissolução da sociedade, passou a apresentar-se como Guimarães & C.^a Melo 2024.

O *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* é uma obra de divulgação de conhecimentos técnicos de cozinha, inclusive sobre higiene e segurança alimentar e tecnologia culinária, versando temas que vão além de uma extensa lista de receitas culinárias e que o autor ambicionava ver adotado como manual de estudo no ensino de culinária, conforme esclarece no prólogo.⁵⁷ O autor revela-se um tecnólogo interessado em divulgar as inovações mais recentes.⁵⁸ Dirige-se às donas de casa, visando preencher lacunas na educação doméstica praticada em Portugal, tema muito debatido, na transição do século XIX para o século XX, na sociedade portuguesa.⁵⁹ A preocupação com a preparação da mulher para as atividades domésticas, marcada por preceitos higienistas, pela promoção da saúde infantil, pela regeneração através do trabalho e do conhecimento científico, era transversal à sociedade. Não se dirigia exclusivamente às mulheres do povo ou às acolhidas em instituições asilares, futuras criadas ou modestas donas de casa esposas de operários, mas também a senhoras das classes abastadas, a quem competia a administração do lar e a orientação do pessoal ao seu serviço.⁶⁰ A título de exemplo, veja-se o excerto de um artigo publicado pelo Conde de Bertandos, em 1903, que traduz o espírito das considerações tecidas na época:

Não aprende a classe elevada certos misteres, presuppondo que elles serão ensinados ás pessoas que a hão-de servir; mas, como nas espheras mais baixas a mulher ou não é educada ou recebe educação de nenhum prestimo, nem as senhoras obteem facilmente uma creada que saiba sel-o, nem sabem ensin-a.⁶¹

A popularidade de Bento da Maia enquanto autor de literatura culinária é comprovada pelas múltiplas edições dos seus livros. O *Manual de Cozinha*, que mencionámos anteriormente, é disso exemplo. Quanto ao *Tratado Completo de*

57 Maia 1904: 2.

58 Bento da Maia fez questão de, por exemplo, viajar até Paris para visitar a Exposição Universal de 1900, conforme justifica no pedido de licença para se ausentar do reino que consta do Processo Individual.

59 Vaquinhas & Cascão 1993; Vaquinhas 2000; Guinote 2006; Pintassilgo 2008.

60 Braga 2008; Vaquinhas e Guimarães 2011.

61 Conde de Bertandos 1903: 9. Decorre do artigo publicado no *Correio Nacional* de 4 de Setembro de 1903, editado no mesmo ano em livro intitulado *A Princesa na Cozinha*, prefaciado de Germano da Silva.

Cozinha e de Copa, além da edição de 1904 teve reedições recentes, em 1984 e em 1995, pela editora Dom Quixote.⁶² Este clássico da literatura culinária portuguesa manteve influência na primeira metade do século XX. Berta Rosa Limpo, no prefácio de *O Livro de Pantagruel*, afirmava ser o livro mais popular na altura do seu casamento em 1909.⁶³

O *Tratado* estrutura-se em sete partes: “Generalidades”; “Algumas palavras acerca dos alimentos de origem animal e vegetal”; “Considerações sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus”; “Iguarias diversas”; “Doces”; “Café, Chá, Chocolate, Coca”; “Conservas”. Inclui uma secção de “Ementas”, com 60 propostas de almoços e jantares. O “Dicionário”, contando 145 entradas, encerra o livro. As múltiplas ilustrações de produtos, utensílios de cozinha e até da aplicação de técnicas culinárias sublinham o carácter didático do livro.

Na primeira edição contabilizamos 1360 receitas distribuídas entre iguarias diversas (941), doces (392) e conservas (27). Apresentam-se ordenadas alfabeticamente, sendo precedidas de explicações sobre os ingredientes ou pratos sugeridos.

O autor não dedicou o livro à cozinha portuguesa. Contudo, há um número significativo de receitas que identificam no nome a sua origem regional (por exemplo “Figuinhos de capa rôta de Torres Novas”),⁶⁴ remetem para uma forma de preparar alimentos *à moda de* certa região (por exemplo “leitão recheado à moda da Beira Alta”)⁶⁵ ou assumem um carácter nacional (por exemplo “Lebre à portuguesa ou lebrada”).⁶⁶ Ao analisarmos as designações de origem mencionadas nas receitas, verificamos que das 1360 receitas, 270 (20%) incluem o nome de um país ou região. Destas, 150 (56%) são estrangeiras e 120 (44%) são nacionais. Destacam-se, neste último caso, os pratos alentejanos e ribatejanos (54), bem como os transmontanos (20), conforme haviam concluído estudos anteriores.⁶⁷ Contudo, o receituário compilado por Bento da Maia resultou de numerosas receitas enviadas por colaboradoras.⁶⁸ Desta feita, o número considerável de designações nacionais ou regionais re-

62 cf. Rego 1998:56-57 e catálogo nacional de dados bibliográficos - PORBASE.

63 Limpo 1947: XV.

64 Maia 1904: 560.

65 Maia 1904: 285.

66 Maia 1904: 283.

67 Braga 2014; Cândido 2021; Cândido & Mataloto 2021.

68 Maia 1904: 449.

laciona-se, também, com o facto de serem incluídas nos títulos das receitas as localidades das remetentes. Uma nota na receita de “Empadão de bacalhau” é esclarecedora:

Esta receita, como varias outras, foi-nos enviada amavel e espontaneamente por uma assinante do Crato, à qual agradecemos cordialmente a sua colaboração e gentileza. Para podermos dar logar a maior parte d'estas receitas fomos obrigados a alterar alguns dos títulos d'elas, mas em todas as d'esta origem, alteradas ou não, posemos a indicação (Crato) pela qual a nossa desconhecida colaboradora poderá reconhecê-las.⁶⁹

O receituário apresentado por Bento da Maia denota influências da literatura culinária produzida em Portugal, na transição do século XIX para o século XX, mas também de tratadistas franceses, a quem o autor alude sem nunca os identificar.⁷⁰ Reconhecendo não se tratar de um profissional, confessa que aproveitou um grande número de indicações alheias sem experimentá-las, correndo o risco de reproduzir erros.⁷¹ Ainda assim, *O Tratado Completo de Cozinha e de Copa* colheu grande sucesso, com uma proposta de cozinha onde, lado a lado, encontramos pratos da cozinha popular e da cozinha internacional, nomeadamente francesa.

Considerações sobre o cozinhado dos alimentos que se não comem crus

Bento da Maia desenvolveu uma secção dedicada aos “processos gerais de cozinha”, mais concretamente às técnicas, métodos de cocção e de conservação dos alimentos pelo frio. Constituída apenas por dez páginas (79-88), essa secção oferece conteúdo relevante para analisar as práticas culinárias no início do século XX em Portugal. Além disso, permite observar reflexos do desenvolvimento tecnológico das cozinhas da época na literatura culinária.

69 Maia 1904: 214.

70 Maia 1904: 329.

71 Maia 1904: 447-448.

Esta secção inaugura com algumas considerações sobre os principais modos de cozinhar os alimentos, abarcando seis subtítulos: “Modo de estufar as carnes vermelhas ou brancas”; “Modo de grelhar as carnes de vaca, de aves e de peixes”; “Modo de assar carnes”; “Modo geral de fazer frituras”; “Modo de fazer croquetes”; “Resfriamento das diferentes substâncias”. Nas considerações iniciais o autor dedica atenção à cocção, afirmando serem quatro os modos de cozinhar os alimentos: Cozer em água estranha (ao ordinário ou ao vapor), cozer nos próprios líquidos (i.e., estufar), frigr e assar⁷² (englobando assar e grelhar como se entende pelo desenvolvimento posterior). Cada método é explicado atendendo aos resultados obtidos, aos utensílios adequados, à intensidade do fogo, ao controlo de temperaturas ou até mesmo aos aparelhos inovadores disponíveis.

A cozedura em água estranha é a técnica em que o autor mais se demora, tratando de explicitar a natureza e a importância dos caldos obtidos, efeitos da ação do calor na cocção das carnes ou de descrever técnicas e utensílios usados para desengordurar um caldo. A especial atenção dedicada à cozedura em água estranha entende-se por ser técnica de base de muitas receitas, sendo também digna de nota a referência do autor ao “jantar clássico português”,⁷³ composto de sopa, cozido e arroz, cuja execução depende exclusivamente deste método de cocção. No que se refere à cozedura nos próprios líquidos, Bento da Maia explica que para estufar carnes vermelhas ou brancas se deve usar uma caçarola com tampa que vede bem e forno ou fogão em lume brando. Recomenda o forno pela distribuição uniforme do calor, mas acrescenta que se o calor for de foco inferior é aconselhável colocar brasas sobre a tampa para alcançar um efeito semelhante.

Para grelhar as carnes de vaca, peixes ou aves, Bento da Maia indica o recurso a “fogo vivo e de curta chama”⁷⁴ sobre uma grelha com inclinação conveniente para que a gordura escorra para reservatórios sem atingir o fogo. Neste caso, o autor estabelece que se pode usar um espeto rotativo, alertando para que, neste caso, o fogo seja “igual e forte, mas que não carbonize a carne”.⁷⁵

É no tópico dedicado ao “assamento” que encontramos referências explícitas ao funcionamento de fornos e fogões a gás, que como referimos anteriormente, eram inovações, que se difundiam lentamente nas cozinhas urbanas da

72 Maia 1904: 80.

73 Maia 1904: 80.

74 Maia 1904: 82.

75 Maia 1904: 84.

época, sobretudo em Lisboa. Destacamos a descrição feita por Bento da Maia dos modernos aparelhos para assar no espeto: caixas oblongas alimentadas a gás através de um tubo na parte anterior e inferior para aquecimento e cujo calor se gradua abrindo mais ou menos a respetiva torneira.⁷⁶ Embora não exista uma ilustração deste aparelho a acompanhar o texto, ponderamos tratar-se de um modelo idêntico ao do livro *Manual da Cozinheira* publicado na mesma época (**Figura 4**):⁷⁷



Figura 4. Forno a gás para assados.
Fonte: *Manual da Cozinheira* Vol.1: 331 (c.1900).

Como as carnes também se assam em tabuleiros, o autor esclarece-nos que “nos fogões a gás ordinários há na parte inferior tabuleiros côncavos para assar pelo processo mais comum” sendo que o calor se distribui na parte superior, a partir de tubos laterais, de cujos orifícios saem dardos de fogo”.⁷⁸ Consciente de que esta tecnologia ainda estava ao alcance de poucos, Bento da Maia propõe um método para assar acessível a quem não dispusesse de um fogão, ou seja, recorrendo a uma panela sobre lume brando.⁷⁹ Sobre o funcionamento dos fornos e fogões da época interessa complementar com as observações de Bento da Maia incluídas em “Explicações Prévias” na secção de “Doces”.

⁷⁶ Maia 1904: 84-85.

⁷⁷ *Manual da Cozinheira. Guia completo de cosinha e copa util a todas as mães de família, cozinheiras, restaurants, casas de pasto, hoteis, etc., etc.* c. 1900: 331.

⁷⁸ Maia 1904: 85.

⁷⁹ Maia 1904: 85.

Tendo perceção da importância do controlo da temperatura no bom resultado da confeção de doçaria, o autor defende que devia ser “observada com termómetros apropriados”, dado que a simples indicação de “forno forte, médio ou brando, por si, quasi nada exprimem”⁸⁰ mas, por falta de elementos, não são indicadas quaisquer temperaturas em graus Celsius.

As frituras em manteiga, banha ou azeite também são objeto de explicação acrescentando sugestões práticas para elevar a qualidade dos resultados, como por exemplo, a adição de um pouco de vinho branco ao polme para que “vaporizando-se este pela elevação da temperatura” se obtenham fritos mais leves.⁸¹ Bento da Maia demonstra com estas observações que conhecimentos elementares de química e de física são essenciais para a prática culinária, devendo idealmente fazer parte da formação da dona de casa como defende no prefácio do livro.

Além da cocção, o autor dá a conhecer métodos de conservação pelo frio, indicando técnicas para o arrefecimento que vão desde “envolver em pano molhado exposto a corrente ar”⁸² até ao uso de misturas frigoríficas, sendo a mais simples composta por sal e gelo. As propostas de refrigeração e congelação por processos químicos entendem-se no contexto tecnológico da época. Não há referências à refrigeração mecânica neste *Tratado*. Os aparelhos frigoríficos, nas primeiras décadas do século XX, em Portugal, restringiam-se ao sector industrial.⁸³ Mesmo depois da introdução da refrigeração elétrica para uso doméstico, na década de 1920, continuaram a ser objetos muito raros. A difusão destes aparelhos foi lenta. Na década de 1930 apenas 0,05% dos consumidores de eletricidade residentes na capital portuguesa possuíam frigorífico.⁸⁴

Análise das técnicas e métodos culinários nas receitas do *Tratado Completo de Cozinha e de Copça*

No ponto anterior apresentámos uma síntese das técnicas e métodos culinários presentes na terceira parte do *Tratado Completo de Cozinha e de*

80 Maia 1904: 451.

81 Maia 1904: 86.

82 Maia 1904: 87.

83 Marques e Serrão 1991: 625.

84 Henriques 2006.

Copa. Comprovámos que a classificação feita por Bento da Maia não se afasta daquela que hoje encontramos em literatura de referência⁸⁵ e que sintetizamos:

Tabela 1: Sistematização de Técnicas e Métodos Culinários

Técnicas	Métodos
Cozedura	Cozer, Grelhar, Assar, Fritar, Estufar Meios. água, gordura, ar Formas de transmissão de calor: condução, radiação e convecção
Conservação	Fumagem, Salga, Secagem, Fermentação, Refrigeração, Congelação, Embalagem em vácuo, Pasteurização, Conservação pelo uso de açúcar ou álcool

Fonte: Síntese de H. McGee (2004: 777-786) e de Symons (2003: 458-461).

Analizamos uma amostra de receitas do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa*, quanto às técnicas e métodos culinários, atendendo às definições registadas em *Considerações sobre o cozinhado dos alimentos se que não comem crus*, complementando-as com a síntese proposta na **Tabela 1**.⁸⁶

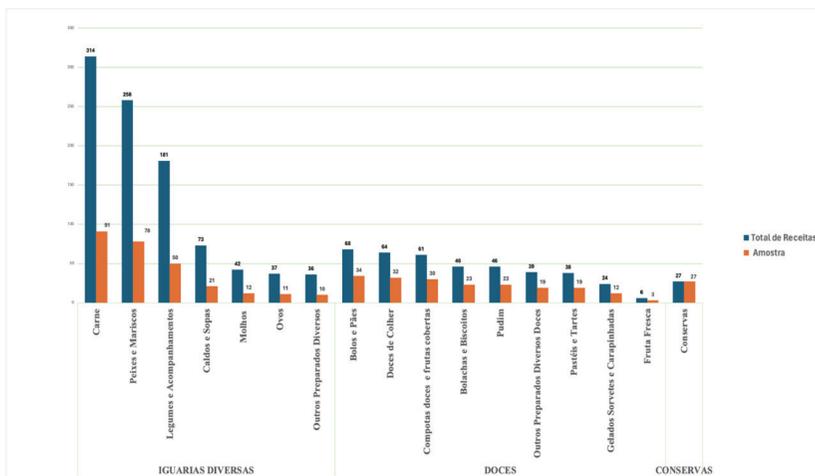
A dimensão da amostra foi calculada com base em métodos probabilísticos de amostragem aleatória estratificada, garantindo uma representação adequada dos diferentes tipos de preparações culinárias do receituário para um nível de confiança de 95% e uma margem de erro de 5%.⁸⁷ Consideramos as três categorias de receitas definidas pelo autor do livro subdivididas em dezassete subcategorias estabelecidas com base em características comuns. A amostra assim construída totaliza 273 receitas de “Iguarias Diversas”, 195 receitas de “Doces” e 27 de “Conservas”, num total de 495 receitas (36,5% do total), distribuídas pelas seguintes categorias (**Gráfico 1**):

⁸⁵ McGee 2004; Symons 2003.

⁸⁶ Relativamente aos métodos de conservação apoiamo-nos nas observações do autor completando com a categorização obtida a partir de Symons 2003.

⁸⁷ Levy e Lemeshow 2013. Para a seleção dos elementos da amostra, a lista de receitas foi seriada numericamente, em folha de cálculo, sorteando-se os números através de um gerador automático de números aleatórios.

Gráfico 1: Composição da Amostra do Receituário



Cada receita da amostra foi classificada atendendo às técnicas de cocção e de conservação, podendo ser atribuída mais do que uma técnica a cada receita, respeitando a descrição do processo de confeção. Apuramos as frequências relativas, determinando as técnicas predominantes e registamos, sempre que possível, as indicações fornecidas relativamente ao controlo do tempo, temperatura e utensílios utilizados. Por fim, analisamos a consistência dos dados por meio de testes estatísticos,⁸⁸ que permitiram avaliar se as proporções observadas para os métodos de cocção e conservação mais frequentes na amostra são estatisticamente representativas do total de receitas. Esta análise reforçou a validade da abordagem escolhida e a robustez das inferências pretendidas.

Os resultados obtidos mostram que a cozedura, correspondente à fervura em líquidos estranhos na definição de Bento da Maia, é o método utilizado em 247 (cerca de 50%) das receita analisadas, requerido em 112 receitas de “Iguarias diversas” e em 135 preparados de doçaria e conservas. Se contabilizarmos o recurso à “cozedura nos próprios líquidos”, ou seja, estufar, então verificamos que 67% dos pratos recorrem a estes métodos de cocção. Para este resultado contribuem os preparados de carnes, bem como os caldos e sopas, mas também a doçaria, que na sua confeção depende muitas vezes da cozedura em açúcar, evidente sobretudo nas compostas e doces de frutas. Os líquidos

88 Mais concretamente o teste binomial (bilateral).

mencionados para a cozedura são a água, o açúcar, pontualmente o leite, o vinho e ainda o mel. Os grelhados na brasa são pouco frequentes, apenas mencionados em 12 receitas da nossa amostra (menos de 3%). Recorre-se ao forno em 147 receitas (30%) para assar as carnes e os peixes, mas, sobretudo, para cozer bolos, pães, bolachas, biscoitos e pudins, existindo 88 preparados doces que requerem este tipo de cocção. No que toca às frituras, apresentam-se em 87 receitas, menos de 18% da amostra, muito associadas à confeção de peixes e mariscos. A **Tabela 2** sintetiza os resultados da análise:

Tabela 2: Métodos de Cocção por Categoria de Receitas

Categorias	Cozer em Líquido		Assar no forno	Fritar	Estufar
	Estranho	Grelhar			
DOCES	124		88	8	
Compotas doces e frutas cobertas	28		5		
Doces de Colher	28		5	1	
Pudim	18		15		
Outros Preparados Diversos Doces	15		1	1	
Pastéis e Tartes	15		10	5	
Bolos e Pães	12		29	1	
Bolachas e Biscoitos	5		23		
Gelados Sorvetes e Carapinhadas	3				
Fruta Fresca					
IGUARIAS DIVERSAS	112	12	58	79	87
Legumes e Acompanhamentos	29	1	6	18	16
Carne	28	7	30	19	41
Peixes e Mariscos	23	3	22	27	23
Caldos e Sopas	21			2	3
Outros Preparados Diversos	5	1			
Molhos	4			3	3
Ovos	2			10	1
CONSERVAS	11		1		
Conservas	11		1		
TOTAL	247	12	147	87	87
%	49,9%	2,4%	29,7%	17,6%	17,6%

A combinação de diferentes métodos de cocção numa mesma receita é pouco frequente: 65% requerem apenas uma técnica de cocção, ao passo que 23% combinam duas técnicas (frequentemente uma cozedura prévia finalizada no forno). Os casos que exigem 3 ou mais métodos de cozedura são exceção (9 registos), existindo ainda receitas, que não requerem nenhum tipo

de cocção (como alguns sorvetes e gelados). São escassas as orientações sobre o tempo de cozedura, embora presentes no *Tratado*, como já o eram em livros publicados anteriormente, nomeadamente nos de João da Matta e de Paul Plantier, tendo inclusive este último disponibilizado uma tabela com os tempos de cozedura recomendados consoante o tipo de carne.⁸⁹ Na amostra analisada, apenas em 52 receitas é feita referência ao tempo de preparação ou de cozedura, expresso em minutos, horas ou até dias, como no caso da receita de chucrute (20 dias). As cozeduras mais demoradas, exigindo fogo brando, com indicações que variam entre os 60 e 240 minutos⁹⁰ são mencionadas nos caldos (por exemplo caldo de perdiz, 180 min)⁹¹, nos estufados (por exemplo capão estufado, 120 min)⁹² e mais raramente em pratos de forno como as empadas (por exemplo Empada de pombos à francesa, 120 minutos)⁹³ ou doces como o babá polaco (120 min)⁹⁴.

Quanto à temperatura, as indicações são exclusivamente qualitativas, recorrendo a expressões como “fogo forte”,⁹⁵ “lume brando”,⁹⁶ “forno quente como para cozer o pão”⁹⁷ assim como aos diferentes pontos de açúcar, aferidos por observação atenta, nunca sendo apresentadas temperaturas em graus Celsius ou equivalentes. Cruzando estes resultados com a relação entre técnicas culinárias, combustíveis e fases tecnológicas na cozinha, que Caroline Davidson⁹⁸ estabeleceu num estudo pioneiro para as ilhas britânicas, apercebemo-nos que as técnicas destacadas na caracterização deste receituário são aquelas que a autora associou à cozinha em fogo aberto, em que as operações de cozedura em água ou outros líquidos são, além de grelhar, as predominantes. São práticas culinárias associadas à cozinha de lareira, fornalha e fornos de lenha/carvão vegetal. A introdução do fogão, seja

89 Plantier 1890:9.

90 Para facilitar a análise, optámos por converter em minutos todas as referências apresentadas pelo autor.

91 Maia 1904:159.

92 Maia 1904:167.

93 Maia 1904: 213.

94 Maia 1904: 468.

95 p.ex. Maia 1904: 299; Maia 1904: 456.

96 p.ex. Maia 1904: 171; Maia 1904: 585.

97 p.ex. Maia 1904: 499; Maia 1904: 599.

98 Davidson 1983.

ele a lenha, carvão mineral, coque ou gás permitiu, além da facilidade de uso de um forno a qualquer momento e do controlo de temperaturas, potenciar a simultaneidade de diferentes operações, aumentando a complexidade da cocção numa mesma receita, e facilitando a combinação de técnicas. É certo que a sofisticação de um prato não depende exclusivamente dos métodos de cocção, mas é uma variável a considerar a par dos ingredientes e temperos, técnicas de cisão e de apresentação.

Outro aspeto interessante na análise diz respeito às referências aos utensílios necessários para a cocção. Desta feita, são frequentemente requeridas caçarolas e panelas (de ferro, esmaltadas, de aluminite ou de loiça) para cozer e estufar, assim como frigideiras, sertãs ou salteadeiras para fritar ou saltar. Com menos frequência, são mencionadas as vasilhas, assadeiras, tabuleiros e pingadeiras de ir ao forno, assim como as formas ou latas, torteiras e pudineiras. Excepcionais, são as menções a grelhas e espetos para assados. Há observações dignas de nota, como por exemplo, nas receitas de “linguado cozido em vinho branco à francesa”,⁹⁹ de “filetes de lebre”,¹⁰⁰ de “pargo assado”,¹⁰¹ e até de “pão em fatias torradas com manteiga”,¹⁰² Bento da Maia oferece indicações para o uso de fogões a gás, testemunhando conhecimentos acerca desta tecnologia.

Os métodos de conservação são referidos em 74 (15%) das receitas da amostra. O mais comum é a conservação pelo uso de açúcar, álcool ou ácidos, nomeadamente no caso das frutas, em doces e conservas. A refrigeração é mencionada em 18% deste grupo de receitas que requerem métodos de conservação, nomeadamente a refrigeração não mecânica, que o autor expõe no livro. A salga, a secagem, a fumagem e até a pasteurização estão representadas na amostra, embora com pouca expressão como se observa no **Gráfico 2**:

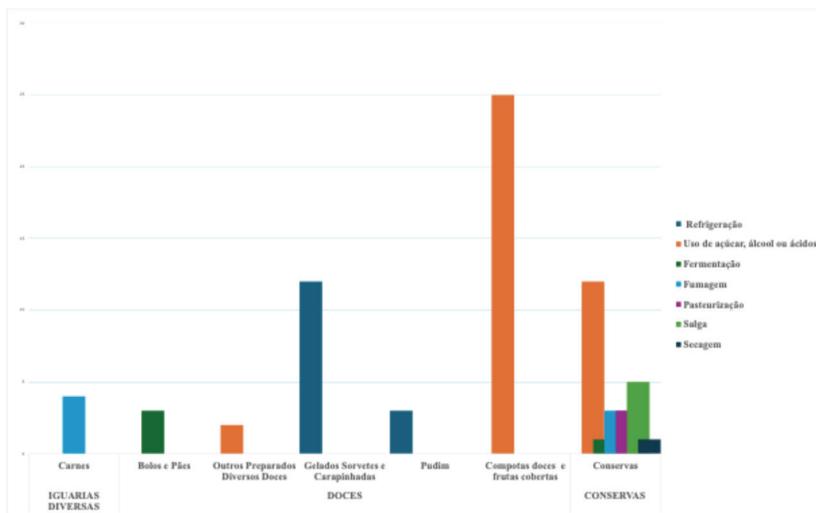
99 Maia 1904: 291.

100 Maia 1904: 284.

101 Maia 1904: 340.

102 Maia 1904: 347.

Gráfico 2: Métodos de Conservação por Categoria de Receitas



Considerações finais

No ano em que se completam 120 anos da primeira edição do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* debruçamo-nos sobre este livro de referência, procurando contribuir para um conhecimento mais completo da literatura culinária portuguesa do início do século XX. Não deixando de mencionar aspetos gerais da obra e da vida do seu autor, centramos a nossa análise na terceira parte do manual de cozinha procurando compreender a interligação entre as práticas culinárias e os aspetos tecnológicos da cozinha portuguesa nas primeiras décadas de 1900.

A caracterização feita do receituário, a partir de uma amostra estatisticamente relevante, permitiu traçar um perfil da obra baseado nas técnicas e métodos culinários preponderantes, mais concretamente a cocção e a conservação dos alimentos. Comprovamos que os métodos de cocção mais frequentes nas receitas são a cozedura (em água ou outro líquido estranho) e o estufado, métodos estes praticáveis desde que o Homem controlou o fogo e compatíveis com os primeiros estádios tecnológicos da cozinha. Relativamente à conservação dos alimentos são os métodos tradicionais que prevalecem, destacando-se o recurso ao açúcar, ao álcool ou aos ácidos para conservar frutos e vegetais. A refrigeração,

quando requerida, obtém-se por métodos não mecânicos, o que se compreende dado que o frigorífico estava longe de se difundir nas cozinhas portuguesas.

Quando o manual de Bento da Maia foi escrito estava em curso, nos meios urbanos e sobretudo em Lisboa, a transição para as modernas energias, nomeadamente para o gás, nas cozinhas domésticas. Esta mudança não é espelhada pelas técnicas culinárias presentes no receituário registado pelo autor. Nem a complexidade das técnicas de cocção, nem as indicações relativas a controlos de tempos ou temperatura nos orientam para um momento tecnológico específico, apesar das referências do autor aos aparelhos e utensílios inovadores existentes no mercado. A coexistência de diferentes combustíveis, fogões e utensílios para cozinhar naquela época, e a relativa novidade do fogão a gás, explicam, em parte, os resultados obtidos. Todavia, é oportuno recordar que as receitas de um livro de cozinha não refletem exclusivamente a sua época, ainda mais no caso da obra em apreço que resultou de inúmeros contributos e influências, conforme demonstrámos. Expressam a cristalização de saberes culinários, de práticas culinárias que se prolongam no tempo. Portanto, apesar de a literatura culinária oferecer uma visão acerca das condições tecnológicas da cozinha, não deixa de ter limitações no momento de interpretar a evolução das práticas culinárias ou de caracterizar a cozinha portuguesa quanto às técnicas culinárias mais significativas. As limitações identificadas sugerem a necessidade de investigação adicional, seguindo uma via de diálogo com outras fontes de estudo, e replicando a metodologia da análise usada no caso do *Tratado Completo de Cozinha e de Copa* a outros livros de culinária publicados em diferentes épocas e com objetivos editoriais diversificados, sustentando assim uma análise comparativa pertinente. Concluímos salientando que as práticas culinárias, enquanto práticas sociais e culturais, são influenciadas por múltiplos fatores. Os aspetos materiais e tecnológicos da culinária constituem uma das dimensões de análise que pode contribuir de forma válida para um entendimento mais profundo da evolução e da identidade da cozinha portuguesa.

Agradecimentos:

Pelo acesso a documentação fundamental para a investigação agradeço à Dra. Ana Marques Pereira, à Dra. Ivone Maio (CDFEDP), aos Funcionários do AHM, a Luís F. Silva e à Doutora Sofia Lewis. Aos revisores pelos inúmeros contributos, imprescindíveis para a melhoria deste trabalho.

FONTES

Fontes Manuscritas

Arquivo Histórico Militar. Folha de matrícula de Carlos Bandeira de Mello. Livro Nº 1 – Livro de Matrícula do Pessoal, registo dos Oficiais e Indivíduos com graduação de Oficial do Estado-Maior de Artilharia, de 1808. PT/AHM/G/LM/A/20/01/0213/(0217).

Arquivo Histórico Militar. Processo Individual de Carlos Bandeira de Mello. PT/AHM/DIV/3/7/1534

Centro de Documentação da Fundação EDP. Relatório do Conselho de Administração das Companhias Reunidas de Gaz e Electricidade, 1892/93.

Fontes Impressas

Almanach Palhares de 1904 em <https://almamater.uc.pt/romulo/item/87224> acedido 2024-11-04

Alves, A. (1913). Asilos femininos – II”. *Anais da Academia de Estudos Livres*. Universidade Popular. Lisboa (7-8) pp. 241-248.

Catálogo Geral dos Grandes Armazéns Grandella (1904). Arquivo Privado Ana Marques Pereira.

Catálogo Geral de Inverno dos Grandes Armazéns Grandella (1908/1909). Arquivo Privado Ana Marques Pereira.

Catálogo Especial dos Grandes Armazéns Grandella (1910). Arquivo Privado Ana Marques Pereira.

Conde de Bertandos. (1903). *A Princesa na Cosinha*. Tipografia do Correio Nacional.

Folheto Publicitário “O Gaz” (1885-1910). Centro de Documentação da Fundação EDP.

Folheto Publicitário “Tratado Completo de Cosinha” (1903). Arquivo Privado Ana Marques Pereira.

Inquérito Industrial de 1881. Visita às Fábricas. 2ª Parte. Lisboa. Imprensa Nacional.

Anónimo (190?) *Manual da Cozinha*. Guia completo de cosinha e copa util a todas as mães de família, cosinheiras, restaurants, casas de pasto, hoteis, etc, etc. Lisboa, Nunes de Carvalho, Grande Centro de Publicações.

Limpo, B. R. (1947). *O Livro de Pantagruel*. Ed. Século.

- Maia, C.B. (2012). *Elementos de Arte Culinária*. Coleção do Povo. Guimarães, Libânio & C.^a Apenas Livros.
- Maia, C.B. (1904). *Tratado Completo de Cozinha e Copa*. Guimarães & C.^a.
- Plantier, P. (1890). *O Cozinheiro dos Cozinheiros* (3^a ed.). Lisboa: P. Plantier Editor.
- Revista *O Occidente* de 30 de julho de 1905.
- Revista *A Construção Moderna*, n.º 94, 1 de maio de 1903.
- Revista *A Construção Moderna*, n.º 101, 10 de julho de 1903.
- Revista *A Construção Moderna* n.º 193, 23 de julho de 1906.
- Revista *A Construção Moderna* n.º 202, 20 de outubro de 1906.

Bibliografia

- Abreu, M. (2018). *Cozinha Tradicional Portuguesa de Maria de Lourdes Modesto: Contributos para a construção das identidades e do património culinário português* (Tese de Mestrado, Faculdade de Ciências e Tecnologia. Universidade de Lisboa). Faculdade de Ciências e Tecnologia. Universidade de Lisboa, Lisboa (disponível em https://run.unl.pt/bitstream/10362/60969/1/Abreu_2018.pdf).
- Barros, H. (Ed.). (1947). *Inquérito à Habitação Rural. A Habitação Rural nas Províncias da Beira (Beira Litoral, Beira Alta e Beira Baixa)*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Basto, E. A. L., & Barros, H. (Eds.). (1943). *Inquérito à Habitação Rural. A Habitação Rural no Norte de Portugal (Minho, Douro-Litoral, Trás-os-Montes e Alto-Douro)*. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.
- Braga, I. D. (2008). “Culinária no Feminino: Os Primeiros Livros de Receitas Escritos por Portuguesas”. *Caderno Espaço Feminino*, 19 (1), 117–141.
- Braga, I. D. (2014). “Da dietética à gastronomia regional portuguesa: Um estudo de caso”. *ArtCultura*, 16 (28), 129–142.
- Braga, I. D. (2020a). “A Tímida entrada dos eletrodomésticos nos lares portugueses: Os discursos imagéticos e textuais na revista *Fêmina* (1933–1938)”. *Domínios da Imagem*, 14 (27), 70–90.
- Braga, I. D. (2020b). “*O Jornal da Mulher* (1910–1937): Conselhos de economia doméstica e receitas de culinária”. *Revista Portuguesa de História*, 51, 171–202. https://doi.org/10.14195/0870-4147_51_7
- Braga, I. D. (2023). Nasce um best seller: *O Livro de Pantagruel*. Em J. E. Franco & I. D. Braga, *História Global da Alimentação Portuguesa* (pp. 497–502). Lisboa: Temas e Debates.
- Braga, I. D., & Braga, P. D. (2012). “A Mocidade Portuguesa Feminina e a formação culinária em Menina e Moça” (1947–1962). *Cadernos Pagu*, (39), 201–226.
- Braga, I. D., & Castro, I. de O. (2013). “Saberes e fazeres de Berta Rosa Limpo. A Construção de um êxito: O livro de Pantagruel”. *Faces de Eva*. Edições Colibri/ Universidade Nova de Lisboa (29), 45–66.

- Braga, I. D., & Pilla, M. C. (2018). “Rosa Maria para a elite, Rosa Maria para o povo. Culinária brasileira e culinária portuguesa na primeira metade do século XX”. *Revista de História USP*, (177), 1–28.
- Bussola, D. (2004). *A «modernização» dos lares lisboetas: Consumo de energia e eletrodomésticos na Lisboa do pós-guerra (1947-1975)*. Dissertação de Mestrado. Lisboa: ISCTE-IUL.
- Bussola, D., & Teives, S. (2005). Consumo doméstico de energia, in Nuno Luís Madureira (coord.), *A História da Energia, Portugal 1890-1980*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Cândido, G. S. (2021). *A Vida Secreta da Cozinha Portuguesa*. Lisboa: Publicações D. Quixote.
- Cândido, G. S. (2021). “Consommé, glacé, fricassé”: Francesismos na terminologia culinária em *Arte de cozinha* de João da Matta”, *Revista de História da Sociedade e da Cultura*, 21, 263–285. https://doi.org/10.14195/1645-2259_21_11
- Cândido, G. S. & Mataloto, C. (2021). “Foi servida a suas majestades uma lauta ceia”: manjares da visita régia aos Açores em 1901, in D. N. Chaves (coord.), *Viagens à volta da mesa nas ilhas da Macaronésia. Itinerários turísticos do património gastronómico e vinícola*. Ponta Delgada, 147-159.
- Cascão, R. (2011). “O quadro material: Entre paredes. Modos de habitar”, in J. Mattoso, *História da Vida Privada em Portugal. A Época Contemporânea*: Vol. III. Lisboa: Círculo de Leitores.
- Davidson, C. (1983, 2ª ed.). *A Woman s Work Is Never Done. A History of Housework in British Isles 1650—1950*. London: Chatto & Windus Ltd.
- Esteves, R. P. L. (2019). *A Culinária na Rádio Televisão Portuguesa: Maria de Lourdes Modesto, uma pioneira* (Dissertação de Mestrado). Lisboa: UL-FLUL.
- Figueira, J. (2018). *A História da Eletricidade em Portugal*. Lisboa: CTT Correios de Portugal.
- Gomes, S. B. (2022). Cooking the nation on Portuguese TV in the 1960s: The case of the cooking show *Culinária*, in A. Tominc (ed.), *Food and Cooking on Early Television in Europe Impact on Postwar Foodways*. London: Routledge.
- Gomes, T. V. A. (2011). *Uma revista feminina em tempo de Guerra: O caso da “Eva” (1939-1945)*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, Coimbra. (disponível em <https://estudogeral.uc.pt/handle/10316/20487>)
- Guerreiro, F. B. (2018). “Uma Cozinha Portuguesa, com certeza: A «Culinária Portuguesa» de António Maria de Oliveira Bello”. *Trilhas da História*, 8(15), 221–236.
- Guimarães, M. A. (2007). *Vida feminina (1933-1955). Saberes, Modas & Pó-de-Arroz. Modas e Bordados*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Guinote, P. (2006). *A Educação no Feminino (Portugal, 1900-2000)*. Tese de Doutoramento. Universidade de Lisboa-Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Lisboa (disponível em <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/42212?-mode=full>).
- Henriques, S. T. (2006). *Os Consumos Domésticos de Energia em Portugal*. Dissertação de Mestrado. Lisboa: Universidade Técnica de Lisboa.

- Henriques, S. T. (2011). *Energy Transitions, Economic Growth and Structural Change: Portugal in a Long-run Comparative Perspective*. Tese de Doutoramento. Lund University, Lund (disponível em <https://portal.research.lu.se/ws/files/3706684/7989196.pdf>)
- Iken, F. (2019). *Código de Sabores Português Maria Emília Cancellata de Abreu Mentora da Cozinha Portuguesa e da Pioneira Revista Banquete*. Lisboa: Prime Books.
- Iken, F. (2023). “O pioneirismo da revista *Banquete*”, in J. E. Franco & I. D. Braga (coords.), *História Global da Alimentação Portuguesa*. Lisboa: Temas e Debates, 515–520.
- Levy, P. S. & Lemeshow, S. (2008, 4th ed). *Sampling of populations: methods and applications*. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Marques, A. O. (1991). Aspectos da Vida Quotidiana, in António H. Oliveira Marques & Joel Serrão (eds.), *Nova História de Portugal-Portugal, da Monarquia para a República*: Vol. XI. Lisboa: Editorial Presença.
- Matos, A. C. (2011). Urban Gas and Electricity Networks in Portugal: Competition and Collaboration (1850–1926). *Quaderns d’Història de l’Enginyeria*, 12, 125–145. disponível em <http://hdl.handle.net/10174/4565>
- Matos, A. C. & Bussola, D. (2021). Commercial strategies to promote domestic gas and electricity consumption, and the role of women (Lisbon, 1891- 1970s). *Journal of Energy History/ Revue d’Histoire de l’Energie*, (6). disponível em energyhistory.eu/en/node/277
- Matos, A. C., Faria, F., Cruz, L. & Rodrigues, P. S. (2005). *As Imagens do Gás. As Companhias Reunidas de Gás e Eletricidade e a produção e distribuição de gás em Lisboa*. Lisboa: Fundação EDP.
- McGee, H. (2004). *The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.
- Morais, S. F. (2024). *Gastronomy: Cuisine and modernity in 1930s Lisbon*. *Food, Culture & Society*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/15528014.2024.2366054>
- Mouta, R. (2023). “Maria Odette Cortes Valente: o regional e o global”, in J. E. Franco & I. D. Braga (coords.), *História Global da Alimentação Portuguesa*. Lisboa: Temas e Debates, 521–526.
- Pardal, F. (2023a). “Eletrodomésticos: Uma revolução na cozinha”, in J. E. Franco & I. D. Braga, *História Global da Alimentação Portuguesa*. Lisboa: Temas e Debates, 395–398.
- Pardal, F. (2023b). “Teleculinária: Cozinha portuguesa ou internacional?”, in J. E. Franco & I. D. Braga (coord.), *História Global da Alimentação Portuguesa*. Lisboa: Temas e Debates, 533–538.
- Pintassilgo, J. (2008). “A Educação Doméstica nos asilos femininos. O exemplo do asilo D. Pedro V de Lisboa na transição do século XX.” *História & Perspectiva*, 139–162. (disponível em <https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/3968/1/Educa%C3%A7%C3%A3o%20dom%C3%A9stica.pdf>)
- Rêgo, M. (coord.). (1998). *Livros Portugueses de Cozinha*. Lisboa: Biblioteca Nacional de Portugal.
- Soares, C. (2018). “A Universidade de Coimbra no cardápio da Cozinha Portuguesa de 1902: Uma história por contar”, in Carmen Soares (coord.), *BibliAlimentaria*:

Alimentação, saúde e sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra. <https://doi.org/10.14195/978-989-26-1364-2>

- Soares, C., & Gomes, J. P. (2018). “Memória Gastronómica”, in C. Soares (coord.), *BiblioAlimentaria: Alimentação, saúde e sociabilidade à mesa no acervo bibliográfico da Universidade de Coimbra.* Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra. <https://doi.org/10.14195/978-989-26-1364-2>
- Symons, M. (2003). “Cooking”, in S. H. Katz & W. W. Weaver (eds.), *Encyclopedia of Food and Culture: Vol. I.* New York: Charles Scribner’s Sons, 458–461.
- Vaquinhas, I. (2000). “Os caminhos da instrução feminina nos séculos XIX e XX. Breve relance”. *Turres Véteras III. Actas de História Contemporânea*, 93–101.
- Vaquinhas, I., & Cascão, R. (1993). “Evolução da sociedade em Portugal: A lenta e complexa afirmação de uma civilização burguesa”, in J. Mattoso (dir.), *História de Portugal. O Liberalismo (1807-1890): Vol. V.* Lisboa: Círculo de Leitores, 440–457.
- Vaquinhas, I. & Guimarães, M. P. (2011). “Economia doméstica e governo do lar”, in J. Mattoso (dir.) *História da Vida Privada: Vol. III.* Lisboa: Círculo de Leitores.
- Wright, L. (1970). *Brilhante e Acolhedor ou a curiosa história da fogueira primitiva à cozinha e ao aquecimento nos nossos dias.* Lisboa: Meridiano.