

***O Jornal da Mulher* (1910-1937):
conselhos de economia doméstica e receitas de culinária**

***O Jornal da Mulher* (1910-1937):
home economics advices and cooking recipes**

ISABEL DRUMOND BRAGA

Universidade de Lisboa, CIDEHUS-UE e CH-ULisboa, Faculdade de Letras
isabeldrumondbraga@gmail.com
<http://orcid.org/0000-0002-7035-6497>

Texto recebido em / Text submitted on: 02/04/2019

Texto aprovado em / Text approved on: 03/06/2020

Abstract

Based on the cookery section included in *O Jornal da Mulher*, this paper aims to analyze the relevance of home economics advices and kitchen recipes provided to readers throughout the three decades in which the magazine was published. The paper also tries to perceive constants and differences in the area of practical knowledge imbued with moralizing considerations.

Keywords: Cookery; Home economics advices; *O Jornal da Mulher*; Portugal; 20th century.

Resumo

Partindo das páginas de culinária incluídas em *O Jornal da Mulher*, procura analisar-se a relevância dos conselhos de economia doméstica e das receitas de cozinha fornecidas às leitoras ao longo das três décadas em que a revista foi publicada. Tenta igualmente perceber-se constantes e diferenças na área dos saberes práticos imbuídos de considerações moralizadoras.

Palavras-chave: Culinária; Economia doméstica; *O Jornal da Mulher*; Portugal; século xx.

1. Estado da arte

Ao contrário do que aconteceu em outros países europeus, em que as revistas femininas apareceram sobretudo no século XVIII – a Inglaterra terá sido pioneira com *Lady's Mercure* (1693) e *The Female Spectator* (1744), em França, *Le Courier de la Nouveauté* (1758), em Espanha, *La Pensadora Gaditana* (1768), em Itália, *Toilette* (1770), na Alemanha, *Akademie der Grazien* (1774) – em Portugal, coube ao *Correio das Modas* (1807) o estatuto de primeiro periódico feminino. Independentemente dos posicionamentos mais ou menos críticos, pluralistas, contraditórios, tradicionalistas ou outros, e da duração, frequentemente curta, das revistas dedicadas ao sexo feminino, a historiografia portuguesa pouca atenção lhe tem prestado, se esquecermos algumas linhas em livros sobre a imprensa e escassos trabalhos específicos. Ivone Leal foi responsável pela inventariação desta categoria de periódicos¹ e Ana Maria Costa Lopes, estudou as imagens da mulher de Oitocentos, em especial na ótica dos saberes, veiculadas pelas revistas². Teresa Salvador dedicou-lhes um artigo no qual refletiu sobre as designações dos periódicos e a relevância dos conteúdos, recorrendo a exemplificações concretas, incluindo ainda uma lista das publicações³.

A historiografia portuguesa tem igualmente negligenciado o estudo das revistas femininas do século XX como fontes relevantes para o estudo de matérias tão diversas como o corpo, a alimentação, a higiene e beleza, a moda, a educação infantil, a decoração, a publicidade, o exercício físico, a vida cultural, as atividades mundanas e tantos outros temas, considerados frequentemente como menores, fúteis e frívolos⁴, esquecendo que as revistas são documentos fundamentais para os estudos de história de género, de cultura e de história social. Com exceção de alguns trabalhos recentes sobre aspetos parciais da

¹ Ivone Leal, *Um século de periódicos femininos: arrolamento dos periódicos entre 1807 e 1926*, Lisboa, Comissão da Condição Feminina e para os Direitos das Mulheres, 1992.

² Ana Maria Costa Lopes, *Imagens da mulher na imprensa feminina de oitocentos*, Lisboa, Quimera, 2005.

³ Teresa Salvador, “Em torno dos periódicos femininos”, *Cultura: Revista de História e Teoria das Ideias*, 26 (2009), p. 95-117.

⁴ O mesmo aconteceu em outras historiografias. Para França, cf. as observações de Colette Cosnier, *Les dames de Femina: un féminisme mystifié*, Rennes, Presses Universitaires de Rennes, 2009, p. 9.

*Modas & Bordados*⁵, publicada desde 1912; da *Eva*⁶, editada em 1925; da *Fêmeina*, a partir de 1933⁷ e da *Menina e Moça*⁸, desde 1947, resta um enorme vazio que urge preencher. Nesse sentido, o trabalho que agora se apresenta faz parte de um projeto internacional intitulado *Informar, distrair e disciplinar: revistas portuguesas femininas do século XX*, no qual se procura perceber como se formaram e moldaram os comportamentos, fortemente impregnados de uma retórica político educacional veiculada nos periódicos destinados às mulheres.

Urge, pois, estabelecer objetivos e utilizar estas fontes de temáticas variadas para conhecer as transformações sociais e culturais do universo feminino durante o século xx e avaliar as influências das revistas estrangeiras nas congêneres portuguesas. Se bem que algumas destas publicações destaquem as mulheres pioneiras em algumas atividades, as boas e más profissões para o sexo feminino continuaram a estar na mente de quase todos. Por outro lado, a educação das jovens, os valores a inculcar-lhes, nomeadamente em relação à conduta ajustada para concretizar o maior objetivo da vida das mulheres, ou seja, o casamento, as leituras adequadas às meninas, a par dos conselhos para cuidar das crianças deu origem a muitos artigos sobre educação juvenil e sobre puericultura. Já matérias que tocassem em política, questões sociais, escândalos, catástrofes e tudo o que fizesse perder a graça e o encanto femininos esteve ausente da esmagadora maioria das publicações.

⁵ Maria Luiza Fouto Prates, *O Jornalismo Feminino nas décadas de 30 e 40 na Revista Modas e Bordados e a Personalidade de Maria Lamas*, Lisboa, Dissertação de Mestrado em Cultura Portuguesa apresentada à Faculdade de Ciências Sociais e Humanas, 2003; Maria Helena Vilas-Boas e Alvim, *Do Tempo e da Moda: a moda e a beleza feminina através das páginas de um jornal (Modas e Bordados – 1912-1926)*, Lisboa, Livros Horizonte, 2004; Maria Alice Pinto Guimarães, *Saberes, modas e pó-de-arroz: Modas e Bordados. Vida Feminina (1933-1955)*, Lisboa, Livros Horizonte, 2007; Andreia Agostinho, “A Sociedade feminina do século XX vista através da *Modas & Bordados*”, *Jornalismo e Jornalista*, 30 (2007), p. 54-64; Mariline Direito Rodrigues, *Mulheres e Cidadania na Revista Modas & Bordados: Representações de um percurso de mudança entre 1928-1947*, Lisboa, Dissertação de Mestrado em Jornalismo apresentada à Escola Superior de Comunicação Social, 2016.

⁶ Tânia Vanessa Araújo Gomes, *Uma revista feminina em tempo de guerra: o caso da Eva (1939-1945)*, Coimbra, Dissertação de Mestrado em História Contemporânea. Economia, Sociedade e Relações Internacionais apresentada à Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, 2011.

⁷ Isabel Drumond Braga, “Disciplinar o corpo e apurar a raça: a educação física na revista *Fêmeina* (1933-1938)”, *Caderno Espaço Feminino*, 32 - 1, (2019), p. 83-126. Cf. <https://www.academia.edu/40433617/>.

⁸ Isabel Drumond Braga, Paulo Drumond Braga, “A Mocidade Portuguesa Feminina e a formação culinária em *Menina e Moça* (1947-1962)”, *Cadernos Pagu*, 39 (2012), p. 201-226. Cf. <https://www.academia.edu/6527031/>.

2. Receitas: do segredo à publicação

Ao longo dos tempos, muitas mulheres dedicaram-se à cozinha. Porém, a publicação de receitas de culinária de autoria feminina foi uma realidade tardia, embora os cadernos de receitas manuscritos para uso particular fizessem parte do cotidiano, tanto de freiras⁹ como de leigas¹⁰, desde a Época Moderna. Neste contexto, frequentemente a resistência à divulgação das receitas era significativa entre a população monástica e conventual, pois os receituários eram entendidos como portadores de segredos que importava guardar, para não prejudicar economicamente as comunidades. Entre as leigas, algumas rivalidades femininas não facilitavam a transmissão de receitas apreciadas.

Só no século xx, as mulheres começaram a aventurar-se na publicação da denominada “culinária de papel”¹¹, apresentando receituários completos, compostos por pratos salgados e doces, juntando-se estas obras aos livros escritos por homens. Paralelamente, em ambiente doméstico, foi prática corrente recorrer a recortes e colagens de receitas em cadernos, de autoria muitas vezes anónima e de proveniência diversificada, tornando estas coleções muito comuns nos lares¹².

Embora o interesse e o valor dos receituários enquanto fontes históricas já tenha sido evidenciado, importa lembrar que o estudo dos mesmos permite perceber as práticas alimentares e os gostos, independentemente de fornecerem informações acerca do que se poderia comer e não necessariamente do que se comia. Isto significa que os livros de receitas são, como bem os definiu Bruno Laurioux, objetos plurais, isto é, podem e merecem igualmente ser abordados na ótica das artes mecânicas e dos saberes práticos e até na do estudo da história do livro¹³. Por seu lado, Mark Kurlansky defendeu: “I believe recipes to be invaluable artifacts. They teach

⁹ Isabel Drumond Braga, *Sabores e Segredos: Receituários Conventuais Portugueses da Época Moderna*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, Annablume, 2015.

¹⁰ Isabel Drumond Braga, “Culinária no Feminino: Os Primeiros Livros de Receitas Escritos por Portuguesas”, *Caderno Espaço Feminino*, 19-1 (2008), p. 117-141; Eliane Morelli Abrahão, “A Escrita Culinária: permanências e transformações: Campinas (1863-1940)” in Carmen Soares e Joaquim Pinheiro (coord.), *Patrimónios Alimentares de Aquém e Além Mar*, Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, Annablume, 2015, p. 47-56.

¹¹ Laura Graziela Gomes, “Culinária de Papel”, *Estudos Históricos*, 33 (2004), p. 1-22.

¹² Alberto Capatti, Massimo Montanari, *La Cuisine italienne: histoire d'une culture*, Paris, Seuil, 2002, p. 207.

¹³ Bruno Laurioux, *Le Règne de Taillevent: livres et pratiques culinaires à la fin du Moyen Âge*, Paris, Publications de la Sorbonne, 1997, p. 13.

us about societies and the social order in which they were created. They tell us what life were like at the time those dishes were first cooked”¹⁴, enquanto Henry Notaker fixou-se nos textos, autorias, conteúdos, formatos e públicos e considerou que:

“scholars from various fields – historians, sociologists, anthropologists, linguistics, and others – have found these books [cookbooks and household books] to be important sources of information about mentalities, costumes, ideas, daily life, technical developments, and more. But they have not been interested in the texts of these works per se; rather, they see these books only as possible sources for the subjects they are investigating, such as food history, culinary development, table manners and social distinction”¹⁵.

A análise dos livros de cozinha, bem como das colunas de culinária das revistas femininas ou das generalistas deve, portanto, focar-se nos autores e nos leitores, nos conteúdos, designadamente nas permanências e nas inovações culinárias, mas também nos utensílios referenciados e nas artes da mesa, cuja abordagem mais completa parece ser a de Gilly Lehmann, relativa a Inglaterra¹⁶, a de Notaker¹⁷, vocacionada para diversos espaços europeus, em especial do Norte da Europa, e a de vários autores, numa obra coletiva, para Espanha¹⁸. Em Portugal e no Brasil estas práticas estão igualmente em marcha¹⁹.

¹⁴ Mark Kurlansky, *Milk! A 10,000 year food fracas*, Nova Iorque; Londres, Bloomsbury Publishing, 2018, p. XIII.

¹⁵ Henry Notaker, *A history of cookbooks: from kitchen to page over seven centuries*, Oakland, University of California Press, 2017, p. IX.

¹⁶ Gilly Lehmann, *The British Housewife: Cookery Books, Cooking and Society in eighteenth-century Britain*, s. l., Prospect Books, 2003.

¹⁷ Henry Notaker, *A history of cookbooks...*, cit.

¹⁸ *La Cocina en su Tinta*, Madrid, Biblioteca Nacional de España, 2010.

¹⁹ Cf., sem preocupações de exaustividade, *Delícias das Sinhás: História e Receitas Culinárias*, organização de Héctor Hernán Bruit, Eliane Morelli Abrahão, Deborah d’Almeida Leanza, Fernando António Abrahão, Campinas, Arte Escrita Editora, CMU Publicações, 2007; Eliane Morelli Abrahão, “A Escrita Culinária...” cit.; Solange Menezes da Silva Demeterco, *Doces Lembranças: Cadernos de Receitas e Comensalidade (Curitiba, 1900-1950)*, Curitiba, Máquina de Escrever, 2016; Isabel Drumond Braga, Inês de Ornelas e Castro, “Saberes e Fazer de Berta Rosa Limpo. A Construção de um Êxito: o *Livro de Pantagruel*”, *Faces de Eva*, 29 (2013), p. 45-66; Isabel Drumond Braga, “O Receituário de Francisco Borges Henriques: Culinária, Cosmética e Botica em Portugal no século XVIII”, *Diálogos Mediterrânicos*, 12 (2017), p. 67-88; Isabel Drumond Braga, Maria Cecília Amorim Pilla, “Rosa Maria para a Elite, Rosa Maria para o Povo”, *Revista de História*, 177 (2018).

3. *O Jornal da Mulher: aspetos formais*

No século xx, as revistas portuguesas femininas, embora de temática variada, tal como as suas congéneres de outros espaços, foram responsáveis pela circulação de ideias e de práticas em matérias diversas, quase todas intrinsecamente ligadas aos considerados interesses das mulheres, isto é, as preocupações com a casa (alimentação, higiene, decoração), com a família (educação dos filhos, cuidados com o marido) e com ela mesma (moda, beleza e mais raramente desporto). Quer estejamos perante publicações da responsabilidade do Estado²⁰, da Igreja²¹, de associações ou de empreendimentos particulares, torna-se claro que a revista, como outras publicações, procurava informar e transmitir conhecimentos, difundindo de forma acessível um conjunto de dados a letrados e iletrados²², ensinando e tentando disciplinar os leitores, formando opiniões e gostos, fornecendo normas de comportamento e incentivando ao consumo de bens e serviços das mais variadas áreas, através dos artigos e da publicidade, que constituía, certamente, uma relevante fonte de receita. A leitura deste tipo de publicações permitia aos leitores a obtenção de referentes para, desse modo, exercerem mais corretamente as suas funções sociais²³.

Ao contrário do livro, a revista enquanto objeto é marcada pelo efémero, sendo de um modo geral, mais frágil, menos volumosa e sem capa dura, o que não obstou, em alguns casos, às encadernações no fim de cada ano civil, com capas próprias que a publicação comercializava, tal é o caso da revista de que este artigo

²⁰ Sobre estas, em Portugal, refiram-se as da Mocidade Portuguesa Feminina, direcionadas para diferentes funções e escalões etários: *Mocidade Feminina Portuguesa: Boletim Mensal* (1939-1947), *Menina e Moça* (1947-1974), *Mocidade Feminina Portuguesa: Boletim para Dirigentes* (1947-1953 e 1963-1968), *Lusitas* (1943-1957), *Fagulha* (1958-1974), *De Mãos Dadas* (1961-1967) e *Lavores e Trabalhos Manuais* (1969-1974). Sobre a culinária numa delas, cf. Isabel Drumond Braga, Paulo Drumond Braga, “A Mocidade Portuguesa Feminina e a Formação Culinária em Menina e Moça (1947-1962)”, *Cadernos Pagu*, 39 (2012), p. 201-226.

²¹ Veja-se o estudo de Walter Valdevino do Amaral, *Purificando Corpos e Normalizando Mentes: Mulheres Católicas e Imprensa no Brasil e em Portugal (1937-1945)*, Uberlândia, Tese de Doutoramento em História, especialidade de História Social, apresentada ao programa de pós-graduação em História da Universidade Federal da Uberlândia, 2018, na qual se faz a comparação entre a revista *Maria: Revista das Congregações Marianas*, um órgão da Pia Associação das Filhas de Maria, durante o Estado Novo brasileiro, isto é, entre 1937 e 1945, e a revista *Mocidade Feminina Portuguesa: Boletim Mensal*, cujos 96 números vieram a lume entre 1939 e 1947.

²² Sobre esta temática, já para o século xix, cf. Rui Cascão, “Em Casa. O Quotidiano Familiar” in *História da Vida Privada em Portugal*, direção de José Mattoso, vol. 3, coordenação de Irene Vaquinhas, Lisboa, Círculo de Leitores, 2011, p. 229.

²³ Sobre esta matéria, cf. os considerandos de Carla Bassanezi Pinsky, *Mulheres dos Anos Dourados*, São Paulo, Contexto, 2014, p. 10, 46, *passim*.

se ocupa. Por outro lado, de aparecimento periódico, com raríssimas reedições, preço menos elevado do que o livro, apresentando uma leitura entremeadada por imagens, a cores ou a preto e branco, a revista permite uma leitura fragmentada e seletiva, por vezes em secções fixas, está normalmente datada e veiculada ao presente; ditará modas e potencializará o consumo, quer pelo conteúdo dos textos quer pela presença da já referida publicidade²⁴. Segundo Clara Rocha, poderá ser literária, de entretenimento e informação, cultural, marginal ou de contracultura, política ou de opinião e de letras e artes. O aparecimento de revistas pode relacionar-se com a sociologia da criação, isto é, permitindo a afirmação de um grupo, tendência ou vanguarda; ou com a sociologia da receção, isto é, preenchendo uma lacuna ou satisfazendo uma necessidade cultural do público²⁵.

Em julho de 1910, surgiu o primeiro número de *O Jornal da Mulher*. Rapidamente conheceria a concorrência de outras revistas femininas, designadamente a *Modas e Bordados*²⁶, a *Eva*²⁷ e a *Fémína*²⁸. A revista era propriedade da papelaria *Au Petit Peintre*, situada na rua de São Nicolau 102-104 A, em Lisboa, uma loja de artigos de escritório e de pintura, que chegou a possuir tipografia, fundada em 1909, por António Franco²⁹. A este proprietário deveu a sua fundação.



Fig. 1 – Vitrail encimando uma porta com o nome da loja.

²⁴ Sobre as diferenças entre livros e revistas, cf. Clara Rocha, *Revistas Literárias do século XX em Portugal*, [Lisboa], INCN, 1985, p. 24-28; Ana Luiza Martins, *Revistas em Revista: Imprensa e Práticas Culturais em Tempos da República: São Paulo (1890-1922)*, São Paulo, Fapesp, Edusp, 2008, p. 40, 244-269.

²⁵ Clara Rocha, *Revistas Literárias...*, cit., p. 28-33.

²⁶ Sobre esta revista, cf. Maria Helena Vilas-Boas e Alvim, *Do Tempo e da Moda: a moda e a beleza feminina através das páginas de um Jornal (Modas & Bordados – 1912-1926)*, Lisboa, Livros Horizonte, 2005; Maria Alice Pinto Guimarães, *Saberes, Modas e Pó-de-arroz: Modas & Bordados. Vida Feminina (1933-1955)*, Lisboa, Livros Horizonte, 2007.

²⁷ Sobre esta revista, cf. Tânia Vanessa Araújo Gomes, *Uma revista feminina...*, cit.

²⁸ Sobre esta revista, cf. Isabel Drumond Braga, *Disciplinar o corpo e apurar a raça...*, cit.

²⁹ Sobre esta loja, cf. *Lojas com História*, texto de Joana Bétholo, Lisboa, Tinta-da-china Edições, 2017, p. 188; “Círculo das Lojas de Character e Tradição de Lisboa” (<http://circulolojas.org/portfolio/au-petit-peintre>, consultado em 2017.03.29). Em qualquer dos casos, encontram-se informações a necessitar de revisão. Refira-se que a obra *Lojas com História* contou com o apoio da Câmara Municipal de Lisboa e contém diversos erros, o que é, a todos os títulos, particularmente grave.

Apesar de a periodicidade inicial ser bimensal, nem sempre assim aconteceu. Por outro lado, foram frequentes os atrasos, devido a greves³¹. Por exemplo, em maio de 1911, uma nota esclareceu isso mesmo e avisou acerca da mudança da redação para a rua da Prata, n.º 267, 2.º andar³². E a redação e administração voltarão a mudar em agosto de 1911, para a rua da Boa Vista, n.º 124, e em setembro de 1913, para a avenida Defensores de Chaves, 1.º andar³³. A I Guerra Mundial (1914-1918) irá implicar contrariedades para a revista que, no número 90, de 30 de outubro de 1914, esclareceu a necessidade de passar a ter tiragem mensal, em resultado das dificuldades sentidas em importar papel³⁴, o qual será variável e de qualidade inferior nos anos seguintes. Em 1918, os atrasos na saída dos números foram objeto de justificação, eram uma consequência da greve dos tipógrafos.

Findo o conflito bélico, não terminaram os problemas. Se o papel melhorou de qualidade, apareceram diversos números duplos em 1919 e, no ano seguinte, acabou por ser suspensa temporariamente a publicação. Justificou-se a medida tendo em conta o aumento significativo dos salários do pessoal gráfico, que “veio dar fim à luta que o nosso jornal vinha travando e sustentando durante a guerra e que se agravou de forma assustadora nestes últimos tempos”³⁵. A retoma deu-se em março de 1921, com a mesma direção, nova capa e melhor papel. Mas entre dezembro de 1921 e dezembro de 1926 não foi publicada. O reaparecimento da revista, com o número 168, dando continuidade à numeração anterior, mas com a paginação a começar em um e com 16 páginas, contou com a mesma equipa e, pouco depois, com um artigo de regozijo e de esperança: “é nosso ardente desejo que *O Jornal da Mulher* se torne, dentro de pouco tempo, não só a primeira revista do seu género no nosso país, mas que possa ainda vir a enfileirar, sem desdouro, ao lado das melhores revistas femininas que se publicam lá fora”³⁶. Em 1935, voltou a numerar-se a partir da página um.

³¹ Refira-se que o direito à greve foi promulgado após a instauração da república, por decreto do ministro Brito Camacho, de 6 de dezembro de 1910, embora apresentasse limitações. Entre 1903 e 1912 contaram-se três greves de tipógrafos. Cf. A. H. de Oliveira Marques, Luís Nuno Rodrigues, “A Sociedade e as Instituições Sociais” in A. H. de Oliveira Marques (coord.), *Portugal da Monarquia para a República*, Lisboa, Presença, 1991, p. 221-224.

³² *O Jornal da Mulher*, 18 (1911), p. não num.

³³ *O Jornal da Mulher*, 68 (1913), p. não num.

³⁴ *O Jornal da Mulher*, 90 (1914), p. 1256.

³⁵ *O Jornal da Mulher*, 155 (1920), p. 2544.

³⁶ *O Jornal da Mulher*, 170 (1927), p. 219.



Fig. 3 – Capa do último número da revista.

O último número, o 263, foi publicado em julho de 1937. No penúltimo, contudo, anunciou-se a suspensão de *O Jornal da Mulher*. Alegaram-se dificuldades não especificadas que justificavam a saída irregular da revista e esclareceu-se que, enquanto publicação dedicada às artes decorativas, era imprescindível que os desenhos apresentados fossem exequíveis, mais se acrescentando que a falta por doença de quem tinha tal tarefa levava ao desmoronamento do periódico. Intui-se, portanto, a dificuldade de encontrar colaboradoras especializadas nas artes decorativas. Finalmente, insistiu-se que a revista não se preocupava especialmente com modas, preferindo a educação e a preparação da boa dona de casa³⁷. Não seria uma suspensão, mas o fim da edição, nas vésperas da II Guerra Mundial (1939-1945).

Os preços só foram revelados no número dois. A assinatura anual no país custava 1\$800, a semestral \$950, a trimestral \$500 e o número avulso \$100; no estrangeiro só se permitiam duas opções, a anual, no valor de 2\$500 e o número avulso, que custaria \$150 réis. Logo no ano seguinte, em agosto, os preços subiram e note-se que deveriam, desde o decreto-lei de 25 de maio de 1911, ser expressos em escudos, o que só acontecerá bem mais tarde, durante a década de 1920³⁸. Então a assinatura anual passou a 2\$000, a semestral a 1\$100 e o número avulso a \$100. No estrangeiro, a anual passou a 4\$000 ou a 12\$000,

³⁷ *O Jornal da Mulher*, 262 (1937), p. 3.

³⁸ De qualquer modo, 1\$000 réis equivaliam a 1\$00 escudo.

consoante fosse um país com moeda forte ou fraca, respetivamente. Em 1912, a publicação sofreu novo aumento: 2\$400, 1\$400 e \$800 para assinaturas anuais, semestrais e trimestrais, respetivamente. Como se tratava de uma revista com diversas folhas de desenhos e moldes, além das 16 páginas de texto, foi criada uma tabela para esses extras. Durante a I Guerra Mundial, os preços subiram muitíssimo, passando, em julho de 1915, um número avulso a custar 1\$500, mais do que uma assinatura semestral no passado recente. Era o resultado da inflação. A situação conhecerá novo agravamento em 1917, com a passagem para 1\$600, em maio. No final do ano, as tabelas para assinaturas de 24, 12 ou seis números estabeleceram 3\$200, 1\$800 e 1\$000, respetivamente. No ano seguinte, novo aumento do número avulso, desta feita de 2\$400 para 2\$500. Outras indicações acerca dos preços sugeriram em 1927, um ano no valor de 48\$00 e um semestre no de 27\$50. Nas colónias 60\$00 e no Brasil 80\$00. Deixaram de ser vendidos números avulsos. No final de 1936, anunciaram-se novos preços, desta vez em baixa, 30\$00 para a assinatura anual, metade para a semestral, 7\$50 para a trimestral e regressou o número avulso ao preço de 2\$50. Compare-se com os salários do funcionalismo público da época. Em 1914, um diretor geral recebia 200\$00 mensais e um general 212\$50. Em 1920, os mesmos passaram a auferir 250\$00 e 275\$00, respetivamente. Até 1925, os salários foram subindo, atingindo 2001\$00 e 2232\$17, em cada caso. Entretanto, o índice de custo de vida passou de 100 para 551,6 e 2286,4, nesses mesmos anos³⁹. Além das assinaturas, a revista contava com receitas provenientes da publicação de diversos anúncios.

Inicialmente, *O Jornal da Mulher*, de tamanho ligeiramente superior ao atual formato A4, com impressão a preto e recurso a diversos cunhos tipográficos e a algumas imagens, que em 1931 passaram a ser a cores, tinha oito páginas e no seu número 12 já ostentava o dobro. Em meados de 1913, contava com 26 incluindo as que eram ocupadas por publicidade. Estas não eram numeradas. A paginação era sequencial, procurando-se que no início de cada ano se encadernasse o conjunto do ano anterior. Esta situação alterou-se em meados de 1911, quando se voltou a paginar começando pelo um e em dezembro de 1926, ao retomar-se a publicação interrompida desde dezembro de 1921. Ao longo dos anos, as capas da revista foram sofrendo alterações, a primeira das quais no número 12. Passou-se do uso de uma única cor escura e letras pretas para uma capa com fundo branco e letras pretas e cor-de-rosa. No início de 1911,

³⁹ Cf. A. H. de Oliveira Marques, Luís Nuno Rodrigues, “A Sociedade e as Instituições Sociais” in A. H. de Oliveira Marques (coord.), *Portugal da Monarquia para a República*, Lisboa, Presença, 1991, p. 228.

voltou-se à capa habitual. Novas alterações ocorrerão nos números 15, 25, 62, 81, 117, entre outros. A imagem feminina, presente nas primeiras capas, poucas alterações conhecerá. Mas, na década de 1920, será substancialmente diferente e, na seguinte, oscilará entre personalidades femininas e ausência de imagens⁴⁰.



Fig. 4 – Capa do número 12 da revista.

Curiosamente *O Jornal da Mulher* não incluiu nenhum editorial, nem nenhum artigo inicial de apresentação às futuras leitoras. Apenas na contracapa, precedendo a publicidade, esclareceu:

“*O Jornal da Mulher*, desejando prestar um serviço aos seus assinantes e especialmente às donas de casa, só publicará anúncios das casas comerciais de que possa garantir a seriedade das suas transações, a excelência dos seus géneros e a modicidade dos seus preços. Assim, orientando criteriosamente sobre este assunto, responderá com prazer a quaisquer perguntas que lhe sejam feitas e dará todas as indicações e conselhos que lhe sejam pedidos, elucidando os seus estimáveis assinantes sobre a escolha dos seus fornecedores”⁴¹.

Embora se desconheça a tiragem da revista, parece ter sido apreciada e ter chegado a muitos lares, em Portugal continental, nos espaços das então colónias e até no Brasil. Conhecem-se alguns locais de venda, isto é, livrarias

⁴⁰ Sobre a ilustração das revistas, cf. Theresa Lobo, *Ilustração em Portugal I: 1910 a 1940*, Lisboa, IADE Edições, 2009.

⁴¹ *O Jornal da Mulher*, 1 (1910), p. não num.

em várias cidades do país, e até no ultramar, como Luanda e Lourenço Marques⁴²; e, tudo leva a crer, dependia das assinaturas⁴³. Em novembro de 1930, o general Carmona, então presidente da república, escreveu uma carta à direção, elogiando-a e considerando a revista “digna de admiração e carinho”⁴⁴.

Apesar de todas as dificuldades inerentes à identificação de quem lê o quê, tendo em conta as condições sociais da possibilidade de ler, a formação dos leitores nos diferentes espaços e tempos e o significado diferenciado das leituras consoante quem lê⁴⁵, torna-se claro o público-alvo desta publicação, isto é, os leitores em geral e as mulheres em particular, especialmente as donas de casa dos grupos médios e superiores, o que ficou patente, pelo preço, pela publicidade e, de forma mais clara, pelos conteúdos das várias secções. Atente-se em algumas passagens, por exemplo: “Nós não quereríamos as meninas de hoje educadas certamente para cozinheiras de família, mas desejamo-las com os conhecimentos precisos para saberem dirigir e vigiar as suas cozinheiras”⁴⁶. Em dado momento, fez saber-se que a colaboração da dona da casa e das filhas na preparação dos doces era sempre muito agradável para os convidados⁴⁷, enquanto as cozinheiras eram, geralmente, “criaturas difíceis de aturar, não tanto, talvez, por vontade delas, como pela má disposição em que sempre as têm o seu mister”⁴⁸. Não obstante, na secção de culinária, por vezes, entendeu-se ser necessário explicar determinadas expressões para leitoras menos conhecedoras de preparados internacionais. Por exemplo, esclareceu-se que o “pastelão recheado” era o “vol-au-vent”⁴⁹, os “ceps”, uma espécie de cogumelos vendidos em latas⁵⁰, as “charlottes”, “uns bolos cujo exterior é de biscoitos de la reine ou outros biscoitos secos, e o interior de cremes ou de purés de frutas”⁵¹, e os “croissants”, “pertencem mais à categoria dos bolos do que à do pão, sendo os bolos mais

⁴² Cf. para a década de 1930, *O Jornal da Mulher*, 225 (1931), p. 1136; 231 (1932), p. não num.

⁴³ A revista não contou com muitos dos habituais expedientes para fidelizar os leitores, caso dos concursos, dos folhetins, etc. Sobre estes processos, cf. Maria Luiza Martins, *Revistas em revista...*, cit., p. 237-243.

⁴⁴ *O Jornal da Mulher* 214 (1930), p. não num.

⁴⁵ Veja-se, por exemplo, Heloísa de Faria Cruz, *São Paulo em Papel e Tinta: Periodismo e Vida Urbana (1890-1915)*, São Paulo, EDUC, 2000, p. 136.

⁴⁶ *O Jornal da Mulher*, 10 (1910), p. 86.

⁴⁷ *O Jornal da Mulher*, 9 (1910), p. 74.

⁴⁸ *O Jornal da Mulher*, 10 (1910), p. 86.

⁴⁹ *O Jornal da Mulher*, 77 (1914), p. 967.

⁵⁰ *O Jornal da Mulher*, 192 (1929), p. 602.

⁵¹ *O Jornal da Mulher*, 213 (1930), p. 954.

deliciosos para o primeiro almoço ou para o chá da tarde”⁵², numa definição que demonstra a dificuldade de os tipificar uma vez que, em português, não há palavra equivalente a *viennoiserie*, designação na qual se inserem os *croissants*.

A publicação de *O Jornal da Mulher* coincidiu com um período em que, por necessidade e por vontade, o sexo feminino implantou-se cada vez mais fortemente no mercado de trabalho. Esta situação, contudo, nunca significou igualdade de salários nem de oportunidades⁵³. A agravar este quadro, tenha-se presente uma elevada taxa de analfabetismo no país, a qual penalizava mais fortemente as mulheres, cujo reconhecimento do direito à instrução não era consensual, dividindo-se igualmente as opiniões acerca do acesso da mulher ao trabalho, mesmo entre as próprias⁵⁴. Não obstante, com percentagens baixas, algumas acederam a cargos importantes do regime, designadamente em organizações femininas como a Mocidade Portuguesa Feminina e a Obra das Mães pela Educação Nacional⁵⁵, bem como a órgãos nacionais, caso da Assembleia Nacional e da Câmara Corporativa⁵⁶. Igualmente dando continuidade ao passado, mas de forma mais expressiva numericamente no século xx, diversas mulheres foram autoras, escrevendo obras de temas e conteúdos variados, participando em jornais e revistas quer generalistas quer femininos.

4. *O Jornal da Mulher e a economia doméstica*

Ao longo dos 27 anos em que se publicou, a revista conheceu secções diversas nunca particularmente bem definidas. A principal preocupação foi

⁵² *O Jornal da Mulher*, 230 (1932), p. 1226.

⁵³ Sobre as medidas de proteção social e as suas instituições públicas e privadas, bem como a legislação sobre os direitos das mulheres trabalhadoras, cf. Virgínia Baptista, *Proteção e direitos das mulheres trabalhadoras em Portugal (1880-1943)*, Lisboa, ICS, 2016. Sobre algumas das histórias de pioneirismo feminino, cf. Maria Alice Samara, *Operárias e burguesas: as mulheres no tempo da República*, Lisboa, A Esfera dos Livros, 2007. Sobre a luta pela conquista de direitos políticos e económicos, cf. Maria de Fátima Mariano, *As mulheres e a I República*, Lisboa, Caleidoscópio, 2011.

⁵⁴ Cf. Irene Vaquinhas, *Nem gatas borralheiras, nem bonecas de luxo: as mulheres portuguesas sob o olhar da História (séculos XIX-XX)*, Lisboa, Livros Horizonte, 2005, p. 73-83; Tânia Vanessa Araújo Gomes, *Uma revista feminina...*, cit., p. 68-92.

⁵⁵ Cf. Irene Flunser Pimentel, *História das organizações femininas do Estado Novo*, Lisboa, Temas e Debates, 2001; Idem, *Mocidade Portuguesa Feminina*, 2.^a edição, Lisboa, A Esfera dos Livros, 2008.

⁵⁶ Cf. Paulo Drumond Braga, *Mulheres deputadas à Assembleia Nacional (1935-1974)*, Lisboa, Assembleia da República, 2016.

com os trabalhos manuais vocacionados para as artes decorativas, esses sempre presentes ao longo dos 263 números, compreendendo desde rendas e bordados para roupa pessoal e para têxteis domésticos, a indicações muito precisas para fazer cestos, caixas, bolsas, molduras e muitas peças diversas para decorar a casa, em vários materiais. De resto, encontram-se, segundo os anos, assuntos tão diversos como matérias relativas a mulheres que se destacaram na área da literatura, páginas dedicadas às crianças, crônicas teatrais, algumas parcas referências a moda, correspondência das leitoras, conselhos de economia doméstica, informações de acontecimentos mundanos e páginas de culinária. Ou seja, um conjunto de temas comuns à esmagadora maioria das revistas femininas nacionais e estrangeiras.

O Jornal da Mulher apresentou-se sempre muito conservador. Veiculou com insistência os ideais que permitissem às mulheres de qualquer grupo social serem bem-sucedidas em família, enquanto donas de casa, esposas e mães. No passado mais longínquo como no Portugal da primeira metade do século xx, defendia-se que uma mulher bem formada e bem informada desempenharia melhor as suas funções. Consequentemente o seu saber, mais do que para seu proveito próprio, estava ao serviço de terceiros⁵⁷. Neste sentido, a revista não destoou de autoras de livros dedicados às mulheres, apreciadoras de Salazar, caso de Estela Brandão, quer de outras pertencentes a uma ala crítica do regime, como Maria Lúcia Namorado, pois não eram significativas as diferenças de entendimento acerca quer da relação entre género e trabalho quer das funções sociais femininas⁵⁸. Assim se compreendem observações como as que constam do artigo de Maria Arede, outro pseudónimo de Maria Barjona de Freitas, intitulado “A educação da mulher”, no qual se pode ler: “um espírito inculto não pode ter a resistência moral, a orientação sensata e firme, a lucidez precisa para ser a verdadeira educadora. Portanto, a mulher precisa de ser ilustrada”⁵⁹.

Num artigo assinado por Zélia Odurac, intitulado “A Cozinha”, a autora considerou o tema árido, mas merecedor de especial atenção por parte de todas as mulheres inteligentes, tanto mais que dominar o assunto tinha como consequência

⁵⁷ Cf. Isabel Drumond Braga, “A educação feminina em Portugal no século XVIII: tradição ou inovação?” in *Cultura, religião e quotidiano: Portugal, século XVIII*, Lisboa, Hugin, 2005, p. 135-163.

⁵⁸ Cf. Isabel Drumond Braga, “Culinária e Etiqueta em Portugal nos Anos 30: as Propostas de Estela Brandão” in Carmen Soares e Joaquim Pinheiro (coord.), *Patrimónios Alimentares de Aquém e Além Mar*; Coimbra, Imprensa da Universidade de Coimbra, Annablume, 2015, p. 591-610; Idem, “O Papel Feminino no Espaço Doméstico: as propostas de Estela Brandão e Maria Lúcia Namorado (Portugal nas décadas de 1930-1940)”, *Revista Relicário*, 4, 8, (2017), p. 80-116.

⁵⁹ *O Jornal da Mulher*, 68 (1913), p. 737.

agradar ao marido e aos filhos. Chegou mesmo a dar o exemplo da marquesa de Vale Flor, que havia enviado para a Suíça as filhas de modo a que estas frequentassem uma escola *ménagère*. Negligenciar estas matérias foi alvo de crítica:

“o assunto é muito mais científico, muito mais transcendente do que supõem as cabecinhas lindamente penteadas, mas pouco abastecidas de conhecimentos úteis. Cozinhar bem e conhecer bem os alimentos é uma arte aliada a uma ciência que demanda inteligência, estudo e conhecimentos variados”⁶⁰.

E voltou ao assunto no número seguinte, para salientar que as escolas *ménagères*, ou seja, as escolas de assuntos domésticos, serviam para “dar às raparigas, filhas das classes trabalhadoras, os conhecimentos necessários à boa manutenção do seu futuro *ménage*”⁶¹. Não eram escolas para formar cozinheiras para servir em casas ricas, mas sim para bem governar o lar pois “a felicidade do lar depende muitas vezes da *ménagère* que o dirige”⁶². Esclareceu ainda que em Portugal, Maria José Zarco da Câmara Viterbo (Ribeira Grande) e a condessa de Sabugosa pensavam abrir uma escola gratuita em Alcântara (Lisboa), sustentada pela beneficência, e baseada nos princípios das escolas francesas.

Outros artigos não assinados insistiram neste assunto. Sustentou-se a defesa do ensino das matérias domésticas, os cuidados com a alimentação, entendidos como uma “obra regeneradora de proficuo e vasto alcance”, e realçou-se que “o ensino científico da cozinha começa enfim a agitar todo o mundo que pensa na educação que convém dar à mulher hoje”⁶³. Num insistiu-se que para a mulher ser uma boa dona de casa, não era necessário estar sempre na cozinha, importava saber dirigir os trabalhos e esclarecer a cozinheira, quando esta precisasse⁶⁴. Num outro, definiu-se economia doméstica como “a ciência indispensável a todas as mulheres, por maiores fortunas que possuam e por mais elegantes que sejam”⁶⁵.

Nunca se verificou um investimento coerente na publicação de receitas⁶⁶. Estiveram presentes em muitos números, mas não em todos. Apareceram integradas em secções intituladas “Coisas que é bom saber”, “Curso elementar

⁶⁰ *O Jornal da Mulher*, 1 (1910), p. 7.

⁶¹ *O Jornal da Mulher*, 2 (1910), p. 10.

⁶² *O Jornal da Mulher*, 2 (1910), p. 10.

⁶³ *O Jornal da Mulher*, 3 (1910), p. 24.

⁶⁴ *O Jornal da Mulher*, 6 (1910), p. 44.

⁶⁵ *O Jornal da Mulher*, 7 (1910), p. 55.

⁶⁶ Em 1932, quando se publicavam ementas de almoço e jantar, num dos números fez-se o elenco das receitas que se iriam apresentar. Porém, a falta de espaço impediu a publicação das de “Escalopes de vitela à Vienense” e de “Pudim de laranja”. Uma indicação deu conta de que apareceriam no número seguinte, o que não aconteceu. Cf. *O Jornal da Mulher*, 231 (1932), p. 1242.

de pastelaria”, “Curso de cozinha e copa”, “Como devemos educar as nossas filhas”, “Receitas de cozinha”, “Culinária e copa”, “Culinária”, “A mulher e o lar: receitas e conselhos”, “Indústrias caseiras: culinária e copa”, a qual apresenta ementas de almoço e de jantar; “Acepipes”, “Guloseimas”, “O que é bom sabe bem”, “Os patrões vão gostar” e até em contos durante os quais se forneceram receitas, ao mesmo tempo que as indicações acerca de como governar a casa estiveram patentes em diversos artigos, em especial durante os primeiros anos da publicação.

Da autoria das receitas pouco se sabe, e embora o propósito deste texto não seja fazer o inventário das eventuais cópias de livros de cozinha da época ou anteriores, vale a pena referir que, em 1910, ao publicar-se a segunda, “Queijinhos do céu”, a revista fez saber que a mesma fora retirada de um livro inédito intitulado *Velhos doces de Leiria*, e que publicaria receitas inéditas enviadas pelas leitoras, após as experimentar, de modo a validá-las como de confiança⁶⁷. Dois anos depois, uma leitora, que a revista não identificou, enviou as receitas de “Biscoitos de laranja”, “Bolo económico”, “Ovos brancos” e “Ovos principescos”⁶⁸. Em 1918, Maria Jardim⁶⁹, escreveu um artigo intitulado “Poesia e Cozinha”, relativo à cooperação entre homens de letras e *gourmets*, referindo Afonso Gaio, Alberto Pimentel e Bulhão Pato⁷⁰, ao mesmo tempo que publicou uma receita inédita do restaurante *Reimão*, no Porto, designada “Bifes à Severo Portela”⁷¹. Mais tarde, em 1928, foram publicadas duas receitas “Miolos de vitela” e “Molejas de vitela”, à Bento da Maia⁷², ou seja, preparados

⁶⁷ *O Jornal da Mulher*, 3 (1910), p. 23.

⁶⁸ *O Jornal da Mulher*, 48 (1912), p. 351.

⁶⁹ Eventualmente Maria da Câmara Reis Jardim, que também fornecera receitas de culinária para *O Vegetariano*, na década de 1910. Cf. Isabel Drumond Braga, *Das Origens do Vegetarianismo em Portugal: Amílcar de Sousa (1876-1940), o apóstolo verde*, Lisboa, Biblioteca Nacional de Portugal, 2019.

⁷⁰ A mistura de receitas com reflexões literárias levou Teutenberg a considerar estarmos perante os primeiros sinais de uma “cozinha burguesa”, visíveis desde o século XIX. Eram receituários destinados às donas de casa comuns e a mulheres das classes mais abastadas, mas não aos cozinheiros do passado. Cf. Hans J. Teutenberg, “O nascimento da era do consumo moderna” in *História do Sabor*, São Paulo, SENAC, 2009, p. 256.

⁷¹ *O Jornal da Mulher*, 131 (1918), p. 2182. O restaurante *Reimão*, no Porto, era famoso nos finais do XIX. Ficava localizado na Avenida Rodrigues de Freitas, na esquina com a Rua Barão de São Cosme, e estava instalado numa casa térrea com quintal. Não havia ementa, pedia-se o que se desejava e era cozinhado na hora. Cf. “Restaurante Camiliano: a história do Reimão” (<http://www.faroldanossaterra.net/2013/03/13/restaurante-camiliano-a-historia-do-reimao/>, consultado em 2018.03.29). Não fica claro se é o escritor ou o pintor Severo Portela.

⁷² *O Jornal da Mulher*, 182 (1928), p. 426; 186 (1928), p. 490.

retirados da obra *Tratado Completo de Cozinha e Copa*, cuja primeira edição datou de 1904⁷³.

Em 1927, em ano de retoma da publicação, foi criada uma secção intitulada “Industrias caseiras: culinária e copa” a qual apresentou uma ementa de almoço e outra de jantar, com as respetivas receitas. Na página, esclareceu-se que estas eram garantidas e que serviam “tanto para as famílias de pequenos recursos como para os que os possuem em maior abundância”⁷⁴. De fora ficaram acepipes e vinhos, considerados desnecessários. Esta secção manteve-se ao longo de vários anos, mesmo quando passou a incluir apenas receitas sem as direcionar para nenhuma refeição, e chegou a conter publicidade a estabelecimentos alimentares, a eletrodomésticos e a ingredientes. Em 1929, a página compreendeu indicações sobre o fabrico de pão, prevendo a eventual necessidade de o fazer em casa devido às greves e recordando que às segundas-feiras, em Lisboa nunca o havia fresco⁷⁵. Receitas de pão (fino corrente, de forma, de Viena, de família e para diabéticos) voltaram a estar presentes em 1933⁷⁶. Na década de 1930, os acepipes e as guloseimas, nem sempre doces, fizeram-se notar, a par das receitas de carne, de peixe e de algumas sobremesas.

O Jornal da Mulher

CULINARIA e COPA

Para assistir com receitas diversas

Depois de muito tempo e de muito trabalho, chegou a sua vez. De hoje em diante, o Jornal da Mulher publica a seção de culinária e copa, com receitas e conselhos de economia doméstica. Esta seção é destinada a todas as senhoras que desejam aprender a cozinhar e a economizar. As receitas são simples e práticas, e os conselhos são úteis e interessantes. A seção é publicada em todas as edições do Jornal da Mulher, e é uma das mais importantes. Não se esqueça de ler esta seção em todas as edições do Jornal da Mulher, para não perder nenhuma receita e nenhum conselho.

A MODERNA COZINHA A GAZ
É O CONFORTO DO LAR

MUNDUS

É o melhor fogão a gás que tem sempre

PORQUE
É a melhor
É a mais econômica
É a mais segura

TODOS
DEVEM TER UMA
COZINHA A GAZ

Mãe LUÍZELLA
Mãe MARIA FÉLIX
Mãe MARIA FÉLIX

Para mais informações
ligue-se para o número 2131

Agente Exclusivo
J. B. de GOUVEIA
R. S. de Almeida, 37



de todos os fogões a gás, porque é o mais econômico, o mais seguro, o mais confortável e o mais moderno. O Mundus é um fogão a gás que tem sempre a melhor qualidade de trabalho. Ele é feito de materiais nobres e é muito resistente. Além disso, ele é muito econômico e seguro. O Mundus é o melhor fogão a gás que tem sempre a melhor qualidade de trabalho. Ele é feito de materiais nobres e é muito resistente. Além disso, ele é muito econômico e seguro.

A essa Bastos Silva, L. de - (Rua de S. Nicolau, 8), representante, neste inverno, modelos exclusivos de malas e carteiras

Fig. 6 – Folha da secção “Culinária e Copa”, com as receitas e com publicidade ao fogão a gaz *Mundus*, ao centro.
O Jornal da Mulher, 203 (1929), p. 793.

Nos anos de 1931 e 1932, uma inovação veio marcar presença na página dedicada à culinária. Maria de Aguiar, mulher do militar, político e maçom Antônio Augusto Namorado de Aguiar (1882-1945), foi autora de diversos contos e neles incluiu receitas, designadamente “Sopas de tomate”, “Bacalhau dourado”, “Carne com cebolinhas”, “Bolinhos”, “Coelho à caçador”, “Bolo fofo”, “Pudim de bacalhau”, “Sopa maravilhosa”, “Perdiz com couve lombarda”, “Pudim de rins e miolos”, “Bolo de bom gosto” e “Folar à moda de Bragança”⁷⁷. A mesma autora, em janeiro de 1932, publicou uma carta de resposta a uma pretensa leitora, assemelhando-se a um conto, na qual forneceu a receitas de “Bolo de batata”, e num conto a de “Cestinhos de ovos”⁷⁸. Os conselhos práticos sobre diversos géneros estiveram igualmente presentes, sem que saibamos se tinham a mesma autoria.

⁷⁷ *O Jornal da Mulher*, 216, 217, 218, 219, 220, 221, 226, 227 (1931), p. 1014, 1030, 1050, 1066, 1082, 1161, 1178, 1210, 1290, respetivamente.
⁷⁸ *O Jornal da Mulher*, 228 (1932), p. 1193.



Fig. 7 – Folha da secção “Culinária e Copa”, com um conto, outras receitas e publicidade à margarina *Vaqueiro*, ao centro.
O Jornal da Mulher, 277 (1931), p. 1178.



Fig. 8 – Folha da secção “Cozinha e Copa”, com conselhos práticos e receitas.
O Jornal da Mulher, 230 (1932), p. 1226.

Nos contos recorreu-se à apresentação de situações edificantes, com a valorização da boa organização do lar, do trabalho doméstico e do saber fazer, da obediência feminina, da relação desigual entre os cônjuges, das diferenças de classes, a par das receitas. Maria de Aguiar serviu-se sobretudo de duas personagens, Mimi e Rosinha. A primeira era filha de um casal cuja figura feminina

era uma aristocrata de sangue, Helena, e a masculina oriunda da alta burguesia, Carlos; a segunda era neta de cultivadores e filha de um casal cuja mulher era uma dona de casa bem-sucedida que superintendia a casa e tinha duas criadas. Entre ingredientes e modos de preparação foram desfilando considerações como “cada uma de nós é o produto do meio em que nasceu”⁷⁹ ou “tu és fidalga eu sou plebeia, mas deixemo-nos de falsas modéstias, ambas temos qualidades”⁸⁰.

A prosa de Maria de Aguiar serviu ainda para salientar aspetos como o ciúme feminino, a necessidade de possuir as chamadas prendas domésticas para conseguir marido, a felicidade entendida como a manutenção da casa impecável e decorada com bom gosto, incluindo a apresentação de refeições excelentes, a importância de ser uma mulher de reputação impoluta, de não casar por interesse económico e de saber fazer face a qualquer dificuldade. Por exemplo, quando Helena recebeu um amigo do marido servindo um jantar cuja ementa foi constituída por sopa de galinha, filetes de pescada, carne com cebolinhas (esta a receita que ensinou à cozinheira), franguinho assado, espargos com molho musseline, doce de ovos e fruta, aquele, ao despedir-se, felicitou Carlos: “tens uma mulher encantadora, uma casa deliciosamente confortável, dinheiro para a manter e uma cozinheira admirável, isto é tudo o que um homem pode desejar”⁸¹.

A capacidade de solucionar problemas e ultrapassar os maus momentos, a aplicação dos princípios de economia doméstica, que todas as mulheres deveriam possuir independentemente da sua posição social, perpassou no meio da receita de “Pudim de bacalhau”. Desta feita, os pais de Mimi sofreram “grandes inquietações e desgostos pela perda da sua enorme fortuna [...], operações arriscadas que resultaram desastrosas engoliram em alguns dias todo o capital de giro e foi preciso reduzir todas as despesas, vender o palacete que habitavam e despedir a criadagem”⁸². Restou a mediania, vista por Helena, que apreciava o luxo e nada sabia fazer, como pobreza. Mimi, aproveitando as lições de Rosinha, e tendo duas criadas, “pôde organizar uma vida modesta, mas não destituída de elegância e conforto”, que, inclusivamente, permitia à mãe receber uma vez por semana. Em termos alimentares “tinham que fazer poucos pratos para poderem comer bem, gastando pouco. Substituir a quantidade pela qualidade é toda a ciência da cozinha”⁸³. Os contos, e a literatura em geral, apreendem a realidade humana, consequentemente abordar as representações através dos

⁷⁹ *O Jornal da Mulher*, 217 (1931), p. 1014.

⁸⁰ *O Jornal da Mulher*, 229 (1932), p. 1210.

⁸¹ *O Jornal da Mulher*, 218 (1931), p. 1030.

⁸² *O Jornal da Mulher*, 226 (1931), p. 1161.

⁸³ *O Jornal da Mulher*, 226 (1931), p. 1161.

textos literários⁸⁴ constitui uma possibilidade para os historiadores, dando origem a profícuos diálogos entre as duas áreas do saber, que utilizam estratégias retóricas diferenciadas. Os contos de Maria de Aguiar são exemplos disso mesmo.

Em alguns momentos, a revista incluiu conselhos díspares. Desde o consumo de determinados alimentos ou o modo de os ingerir, passando pelos cuidados a ter com os utensílios e a tipologia dos mesmos. No primeiro caso, saliente-se, por exemplo, a sugestão de beber um copo de leite quente quando se estava cansado⁸⁵, indicações sobre a necessidade de mastigar bem⁸⁶, observações sobre o alcoolismo e o uso de carne na alimentação⁸⁷, esclarecimentos sobre a clarificação do açúcar⁸⁸, referências à digestibilidade da carne, do peixe, dos crustáceos e dos moluscos⁸⁹, maneiras de perceber a frescura da carne de açougue, dos ovos⁹⁰ e do peixe⁹¹, relevância dos legumes na alimentação⁹² e conselhos acerca dos alimentos adequados às amas-de-leite⁹³. No segundo caso, temos desde a recomendação de deitar folhas de chá secas nos bules quando não se usam durante algum tempo para se conservarem limpos⁹⁴, passando por esclarecimentos acerca de como tirar uma rolha de vidro de um frasco ou garrafa⁹⁵, indicações sobre o uso do batedor de claras⁹⁶, tornando evidente que era um utensílio ainda não generalizado; a constituição de uma bateria de cozinha, as maneiras de proceder para limpar cobre, zinco, ferro e estanho e indicação de diversas regras de higiene⁹⁷. A necessidade de poupar também foi apresentada. Em “As falsas economias”, um artigo assinado por Maria Luísa Aguiar, referiu-se, contudo, que nem sempre o mais barato era a opção mais recomendável: “a melhor maneira de economizar e poupar o que se tem é não comprar se não aquilo

⁸⁴ Cf. Roger Chartier, “Debate: História e Literatura”, *Topoi*, 1 (2000), p. 197-216.

⁸⁵ *O Jornal da Mulher*, 1 (1910), p. 5.

⁸⁶ *O Jornal da Mulher*, 4 (1910), p. 40.

⁸⁷ *O Jornal da Mulher*, 9 (1910), p. 76.

⁸⁸ *O Jornal da Mulher*, 15 (1911), p. 142.

⁸⁹ *O Jornal da Mulher*, 196 (1929), p. 666.

⁹⁰ *O Jornal da Mulher*, 197 (1929), p. 681.

⁹¹ *O Jornal da Mulher*, 204 (1930), p. 809.

⁹² *O Jornal da Mulher*, 224 (1931).

⁹³ *O Jornal da Mulher*, 213 (1930), p. 952. O artigo recomenda a ingestão de sal (mas não em excesso) e de bacalhau para a ama produzir mais leite e desaconselha bebidas alcoólicas e café. Sobre as amas e a sua alimentação, cf. Paulo Drumond Braga, *Leite: biografia de um género alimentar*, Sintra, Colares Editora, 2004.

⁹⁴ *O Jornal da Mulher*, 1 (1910), p. 5.

⁹⁵ *O Jornal da Mulher*, 10 (1910), p. 87.

⁹⁶ *O Jornal da Mulher*, 15 (1911), p. 142.

⁹⁷ *O Jornal da Mulher*, 184 (1928), p. 457.

que é necessário”⁹⁸. Críticas ao vegetarianismo foram objeto de publicação em 1918, quando se incluiu um artigo estrangeiro traduzido, no qual este regime foi qualificado como “extravagância dietética”⁹⁹, tornando evidente a significativa receção deste regime dietético, no Portugal de então¹⁰⁰. Anos depois, em 1928, foram as falsificações do leite e da manteiga que mereceram atenção¹⁰¹.

No início da década de 1930, pensando no regresso das férias, foram divulgadas indicações precisas sobre o fornecimento de uma despensa para o inverno. Houve lugar para referir a limpeza, a arrumação, a necessidade de colocar etiquetas nos frascos dos doces, as quais deveriam apresentar a data e o tipo; e, em especial, o sortimento. A despensa bem fornecida deveria apresentar muitas conservas, tais como, cogumelos de Paris, corações de alcachofras, pontas de espargos, trufas, tudo em latas; tomate em frascos ou latas, anchovas, atum e sardinhas mantidas em azeite ou molho de vinho branco, lombos de porco e salsichas escondidos em “alvíssima banha”, colocados em caixas hermeticamente fechadas, carnes fumadas, açúcar, amêndoas descascadas, azeite, biscoitos, bolachas, bombons, cacau, café, caramelos, chá preto, chá verde, coco ralado, especiarias, farinha de arroz, fécula, feijões diversos, frutas cristalizadas, gelatina, grão-de-bico, lentilhas, marmelada, *marrons glacés*, massas, mel, mostarda, pickles, tapioca e vinagre. Nas bebidas, a lista incluiu águas da Curia, do Luso e de Vidago, licores, conhaque, kirsch, vinho da Madeira e vinho do Porto. Fez-se ainda uma referência à produção doméstica das bolachas e dos biscoitos, os quais deveriam ser guardados em latas e “nas horas vagas se mandam fazer na cozinha com receitas de execução fácil e barata”¹⁰².

As questões acerca da sociabilidade alimentar e da apresentação das mesas foram escassamente abordadas na revista. Contudo, não se deixou de considerar que “é na mesa que se conhece o grau de educação das pessoas”¹⁰³. De qualquer modo, em julho de 1911, sugeriu-se um piquenique que se definiu como: “não é uma refeição ordinária, uma simples refeição fria, também não é um jantar de cerimónia, é como um lanche íntimo ou uma merenda que se come no campo”¹⁰⁴. Aconselhou-se a prepará-lo cuidadosamente, indicando as receitas das iguarias que o poderiam compor, a saber: sanduiches de sardinha ou de

⁹⁸ *O Jornal da Mulher*, 11 (1910), p. 96.

⁹⁹ *O Jornal da Mulher*, 132 (1918), p. 2207.

¹⁰⁰ Sobre esta matéria em Portugal, cf. Isabel Drumond Braga, *Das Origens do Vegetarianismo...*, cit.

¹⁰¹ *O Jornal da Mulher*, 181 (1928), p. 404.

¹⁰² *O Jornal da Mulher*, 236 (1932), p. 1310.

¹⁰³ *O Jornal da Mulher*, 199 (1929), p. 714.

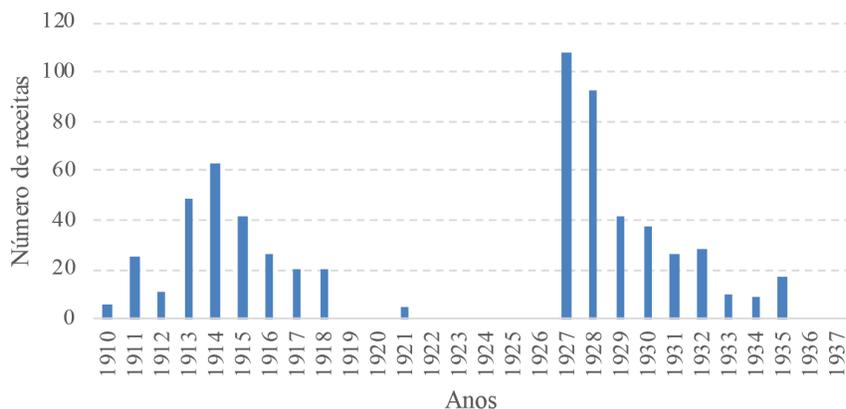
¹⁰⁴ *O Jornal da Mulher*, 23 (1911), p. 238.

lagosta, costeletas de salmão (fresco ou de conserva), frango de geleia, salada de lagosta e ovos à *farcis*. Em 1917, em plena I Guerra Mundial, houve tempo para abordar as maneiras de ornamentar a mesa, salientando-se a necessidade de possuir “gosto e arte, o que muito concorre para o bom apetite e alegre disposição dos convivas”¹⁰⁵. Neste sentido sugeriu-se o uso de uma só cor, “muito mais chique”, “lindas taças” e flores colocadas em solitários de cristal ou de faiança. Finalmente, num conto dos já referidos contos de Maria de Aguiar foram visíveis as alusões à prática de receber¹⁰⁶.

5. *O Jornal da Mulher* e as receitas culinárias

As receitas culinárias publicadas em *O Jornal da Mulher* foram 634, distribuídas de forma muito desigual. Se em alguns anos, como 1919, 1936 e 1937, não se publicou nenhuma, em outros, como 1927, foram dadas a conhecer 108. No ano seguinte, e em segundo lugar, temos 92. De resto, só em 1914 se ultrapassaram as 50. A média anual situou-se em cerca de 29, escondendo grandes assimetrias, como se pode ver pelo gráfico. Por outro lado, saliente-se que estas 634 receitas não corresponderam exatamente ao mesmo número de preparados pois, com frequência, repetiram-se algumas totalmente iguais em números quer próximos quer mais afastados.

Gráfico
Distribuição anual das receitas de culinária (1910-1937)



¹⁰⁵ *O Jornal da Mulher*, 125 (1917), p. 2072.

¹⁰⁶ *O Jornal da Mulher*, 226 (1931), p. 1161.

Contaram-se 462 preparados salgados, que representaram 73 por cento, designadamente mais de 200 de carne e cerca de uma centena de peixe, juntam-se ainda cerca de 50 caldos e sopas, umas só de legumes e de leguminosas outras com peixes, crustáceos ou carne; cerca de 30 de ovos, 11 de molhos, 10 de saladas (umas com legumes frescos e outras com eles cozinhados, com ou sem carne, peixe e crustáceos), sete de pão, uma de fazer manteiga e outra de conserva de tomate. Os doces foram 172, ou seja, 27 por cento, distribuídos por biscoitos, bolos, bombons, cavacas, cestinhos, charlotes, compotas, cremes, fatias, filhós, gelados, geleias, merengues, pastéis, pudins, suflés e sorvetes. Ou seja, doces grandes secos e de colher, a par de uma enorme variedade de doces individuais nas mais variadas formas, sem esquecer compotas e geleias, gelados e sorvetes. Contaram-se ainda sete receitas de bebidas, a saber, três carapinhadas, outros tantos licores e um refrigerante.

O leque de ingredientes foi muito variado, temos carnes de abate, designadamente carneiro, em alguns casos com a indicação do pedaço, como costeletas, línguas, mãozinhas e molejas; coelho, leitão, porco, em especial cabeça, costeletas, chispe, fígado, lombo e presunto; vaca, referindo-se a alcatra, as costeletas, a dobrada, o fígado, as molejas, o peito e os rins; vitela, com destaque para acém, fígado, lombo e molejas. Nas carnes de caça contam-se a lebre e o veado. No grupo das aves, igualmente de caça e de criação, borracho, calhandra, codorniz, frango, galinha, passarinhos não identificados, pato, perdiz e peru. As carnes eram sujeitas a operações diversas, tais como assar, cozer, fritar, fumar, panar, de entre outras e acompanhadas com preparados de legumes e leguminosas, além de arroz, batatas, massas, muito raramente; e saladas. Os peixes incluídos nas receitas foram muito variados e, tal como no caso das carnes, de preços diversificados, desde os mais populares como o bacalhau e a sardinha, até aos de mais elevados custos, como os linguados e os salmonetes. Além destes contaram-se também atum, cherne, corvina, eirós, pargo, peixe-espada, pescada, pregado, salmão e truta, este um peixe de rio. Do mar ainda se contaram crustáceos, tais como camarão, lagosta e lagostim e moluscos como amêijoas, lulas e ostras. No grupo dos vegetais, com gramíneas, legumes, leguminosas, tubérculos e outros contaram-se abóbora, agrião, alface, alho, arroz, azedas, batata, alcachofra, beringela, brócolo, cebola, cenoura, chicória, couve-flor, ervilha, espinafre, feijão carrapato, frade e verde, nabiça, nabo, rabanete e tomate. Sem esquecer as plantas de tempero como a salsa, o coentro e a hortelã. Nos doces, estiveram presentes géneros muito diversificados, a saber, açúcar, azeite, farinha de arroz, de trigo e de tapioca; café, chá e chocolate, frutos frescos e secos, leite, manteiga, nata, queijo e ovos.

A relação entre receitas e sazonalidade de alguns produtos fez-se notar em alguns momentos. Se, em setembro de 1931, referiu-se que “nos dias de calor, os pratos frios são mais apetecíveis do que os quentes, porque o calor, dando cansaço ao organismo, faz diminuir o apetite”¹⁰⁷; muito antes foram-se apresentando receitas de acordo com a época do ano. De entre outras, “Sorvete de leite”, em junho de 1913¹⁰⁸, “Pudim de Natal (inglês)”, em dezembro de 1928¹⁰⁹, “Sopa de polme de ervilhas com casca”, em março de 1929¹¹⁰, bem como “Coscorões” e “Peru assado com recheios diversos”, ambas em dezembro de 1929¹¹¹. No caso do peru, tratou-se mais de um hábito do que da inexistência da ave ao longo do ano. A receita de “Conserva de tomate” foi publicada em agosto de 1912, a pedido de uma leitora¹¹² e as de diversas compotas e geleias, apresentadas em setembro de 1930¹¹³, claramente proporcionando oportunidades de conservar os frutos para estarem disponíveis fora da época.

Em alguns números foram publicadas receitas de aproveitamentos. Assim, foi dada uma de “Bolos de clara de ovo com queijo”, para utilizar claras¹¹⁴, outra de “Bolos enfolados de restos de peixe”¹¹⁵ e nove para não desperdiçar restos de carnes vermelhas e de aves, a saber: “Arroz de forma com picado”, “Batatas recheadas”, “Beringelas recheadas”, “Cebolas recheadas”, “Formas de esparguete”, “Pudim de espinafres”, “Pudim de macarrão”, “Pudim de picado com puré de batata” e “Puré com carneiro de picado no forno”¹¹⁶. Em outro número, publicou-se a receita de “Pudim de sobejos à torrejana”¹¹⁷.

Embora as receitas “à moda de” possam estar apenas a combinar ingredientes e modos de preparação típicos de um determinado local sem que nesse mesmo local se faça aquele prato dessa mesma maneira, enquanto as receitas nas quais se indica serem genuinamente de certo país ou região, possamos estar perante uma receita efetivamente originária de determinado espaço¹¹⁸, em *O Jornal da Mulher* temos 29 receitas “à francesa” ou relativas a alguma região de França,

¹⁰⁷ *O Jornal da Mulher*, 234 (1931), p. 1128.

¹⁰⁸ *O Jornal da Mulher*, 62 (1913), p. 606.

¹⁰⁹ *O Jornal da Mulher*, 191 (1928), p. 538.

¹¹⁰ *O Jornal da Mulher*, 194 (1929), p. 633.

¹¹¹ *O Jornal da Mulher*, 203 (1929), p. 793.

¹¹² *O Jornal da Mulher*, 45 (1912), p. 293.

¹¹³ *O Jornal da Mulher*, 212 (1930), p. 938.

¹¹⁴ *O Jornal da Mulher*, 73 (1913), p. 871.

¹¹⁵ *O Jornal da Mulher*, 73 (1913), p. 871.

¹¹⁶ *O Jornal da Mulher*, 235 (1932), p. 1306.

¹¹⁷ *O Jornal da Mulher*, 110 (1916), p. 1723.

¹¹⁸ Cf., Isabel M. R. Mendes Drumond Braga, “Influências Estrangeiras nos Livros de Cozinha Portugueses (séculos XVI-XIX): alguns problemas de análise” in *Estudos em Homenagem ao Prof.*

três de doces e as restantes de salgados; 12 “à italiana”, das quais apenas duas de doces; oito, todas de salgados, “à espanhola”; cinco “à inglesa”, duas das quais de doces, uma delas de *scones*, apresentados como *scores* (*sic*); a Alemanha ficou representada com um doce e um salgado; a Áustria com dois salgados; e os Estados Unidos da América com um. Já as referências à portuguesa estiveram presentes em 13 pratos.

Acrescem ainda os preparados com a indicação de uma localidade ou região, numa época em que a afirmação da identidade culinária¹¹⁹ se foi tornando visível. Recorde-se que as cozinhas locais, com os seus pratos tradicionais saídos dos contextos económico e social que os produziram, por vezes de pobreza considerável, começaram a fazer cada vez mais sentido, quer enquanto recurso económico quer do ponto de vista da valorização cultural¹²⁰, sendo apresentados em novos meios. E estas realidades tiveram eco nos próprios livros de culinária, designadamente na já referida obra de Carlos Bento da Maia, a qual contém um número considerável de receitas regionais, em especial do Alentejo e de Trás-os-Montes. No caso das receitas em estudo, refiram-se pratos salgados alentejanos (lebre, um prato de Niza; migas, sopa de coentros e vaca, um prato do Crato), beirões (capado, da Beira Alta), portuenses (bacalhau e tripas), setubalenses (salmonetes), transmontanos (galinha) e torrejanos (bacalhau e sobejos). Nos doces contaram-se alentejanos (azevias de feijão, bolos de amêndoas, habitualmente preparados no convento da Vidigueira, e rosquetes); transmontanos (bolos de nozes, folar e rosquilhos, os três de Bragança), e ainda cavacas das Caldas, ovos-moles de Aveiro e pão-de-ló de Ovar. Ou seja, independentemente das cautelas com que estas matérias têm que ser interpretadas, torna-se clara uma circulação das receitas pelos espaços quer nacionais quer internacionais, que já vem do passado, mas que se acentuará durante o século xx.

A esmagadora maioria das receitas não apresentou separação entre os ingredientes e os modos de preparação e, entre as que contrariaram esta

Doutor José Marques, vol. 2, organização do Departamento de Ciências e Técnicas do Património e do Departamento de História, Porto, Faculdade de Letras, 2006, p. 237-247.

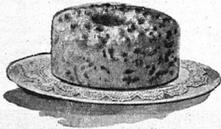
¹¹⁹ Sobre as questões de identidade culinária, cf. Peter Scholliers, “Meals, food narratives, and sentiments of belonging in past and present” in Peter Scholliers (dir.), *Food, drink and identity: cook, eating and drinking in Europe since the middle ages*, Oxford; New York, Berg, 2001, p. 3-22. Para Portugal, cf. Isabel Drumond Braga, “Da Dietética à Gastronomia Regional Portuguesa. Um Estudo de Caso”, *ArtCultura. Revista de História, Cultura e Arte*, 16, 28 (2014), p. 129-142.

¹²⁰ Cf. Julia Csergo, “O surgimento das cozinhas regionais” in Jean-Louis Flandrin e Massimo Montanari (dir.), *História da alimentação: da Idade Média aos tempos actuais*, vol. 2, Lisboa, Terramar, 2001, p. 393.

tendência, contaram-se sobretudo as de doces. A primeira vez que tal aconteceu foi em 1913, na de “Biscoitos de chocolate”¹²¹, mas, muitas vezes, se retrocedeu, demonstrando a proveniência diversificada do receituário publicado e a ausência de cuidados com a uniformização. A presença de imagens foi escassíssima. Registe-se, contudo, em 1921, uma a acompanhar um “Bom bocado”¹²². De qualquer modo, sem registrar as fases de preparação. Igualmente as indicações acerca do número de porções que cada prato proporcionaria foram residuais. Começaram em 1928 e mantiveram-se até 1932, abrangendo algumas receitas de doces e de salgados, mas só em 14 casos, isto é, representaram apenas 2,2 por cento do total das receitas publicadas.

A MULHER E O LAR

RECEITAS E CONSELHOS — Receita de cozinha
BOM BOCADO



Ovos.....	8 a 12
Leite.....	
Amêndoa de casca.....	1 dec.
Queijo flamengo.....	1/2 kilo
Passas de Corinto.....	

Batem-se os ovos com o açúcar até adquirir consistência. Os ovos não são batidos com as claras. A amêndoa, depois de bem pisada num almofariz, juntam-se-lhe as passas e o queijo ralado mexendo tudo juntamente com o leite. Duas ou tres claras batem-se em castelo e misturam-se com o resto.

A fôrma é previamente barrada com açúcar em ponto de rebuçado e é cozido em banho Maria ou vae ao forno. (O banho Maria é preferível.)

RECEITAS UTEIS

Para conservar correias

As correias de couro, quando guardadas e postas de parte por algum tempo tem tendência para secar e abrir quando tornam a servir.

Devem ser lavadas com sabão amarelo antes de serem guardadas, enxutas e em seguida bem esfregadas com azeite. Este processo conserva o couro tornando-o flexível.

DO MEU JARDIM



No mez de julho mete na terra estacas de alecrim de Hamburgo, apanha a baga de alecrim do norte e guarda-a para semente, recolhe o resto das raizes das flores e retira os craveiros do sol.

Fig. 9 – Imagem e receita de “Bom bocado”, a par de outras de conselhos para a casa. *O Jornal da Mulher*, 161 (1921), p. 67.

¹²¹ *O Jornal da Mulher*, 71 (1913), p. 823.

¹²² *O Jornal da Mulher*, 161 (1921), p. 67.

Merecem ainda algumas considerações as 25 ementas para almoços e jantares publicadas entre fevereiro de 1927 e abril de 1929¹²³. A sua análise permite verificar algumas constantes, a saber, uma significativa diversidade de pratos por refeição, três a quatro ao almoço, cinco a sete ao jantar; ambas a terminaram com fruta e sem sobremesa doce ao almoço, com fruta e com um a dois doces ao jantar, rematando, no primeiro caso, com chá, café e mais raramente café com leite e, no segundo, com fruta e café. Os almoços contaram sempre com pratos de ovos e de carne, de carne e peixe e até de carne, peixe e ovos, os jantares com carne e peixe; a ordem dos pratos nunca respeitou primeiro os de peixe e depois os de carne. Em ambas as refeições os acompanhamentos foram de saladas, legumes cozinhados ou preparados de arroz ou de batatas, contam-se ainda caldos e sopas mais presentes para iniciar os jantares.

Quadro

Ementas de almoço e jantar de *O Jornal da Mulher* (1927-1929)

Ementa 1 ¹²⁴	
Almoço	Jantar
Arroz de manteiga Ovos com presunto Costeletas de porco grelhadas com molho picante Café ou chá	Sopa de azedas Miolos cozidos com frituras Pregado cozido com molho branco Almôndegas de carne Lombo de vaca estufado Pudim real Fruta e café
Ementa 5 ¹²⁵	
Arroz de vitela Peixe-espada frito Bifes de cebolada Ovos quentes Chá ou café	Sopa de grão-de-bico com espinafres à portuguesa Frituras de camarão Feijão carrapato guisado Bacalhau à Miguel Dias Lombo de porco assado Pudim de laranja Fruta ou café

¹²³ A revista já havia publicado uma ementa sem sobremesa em 1911, cf. *O Jornal da Mulher*, 28 (1911), p. 43. Posteriormente, publicou mais duas, cf. *O Jornal da Mulher*, 231 (1932), p. 1242; 246 (1934), p. 1352. O quadro que se segue pretende elucidar ementas concretas por amostragem.

¹²⁴ *O Jornal da Mulher*, 170 (1927), p. 222.

¹²⁵ *O Jornal da Mulher*, 174 (1927), p. 286.

Ementa 10 ¹²⁶	
Salmonete com manteiga derretida Peito de vaca à gerenziana Lombo de vaca enrolado em polme de batata Fruta, doce, café, etc.	Sopa de camarão Peixinhos da horta Lulas de caldeirada Esparregado de chicória Perdizes assadas Pudim de casca de laranja Fruta, doce, café, etc.
Ementa 15 ¹²⁷	
Salmonetes grelhados à setubalense Vitela recheada Ovos em omelete variegada Fruta, café	Sopa de grelos de nabo em caldo de chispe Chispe com grelos de nabo Pescada frita Esparregado de nabiças Alcatra assada no forno Pudim gelado de laranja Fruta, doce, café, etc.
Ementa 20 ¹²⁸	
Linguado recheado com puré de camarões Ovos recheados com ervas aromáticas (frios) Molejas de vitela estufadas Chá ou café	Sopa de grão-de-bico com espinafres à portuguesa Lagosta ao natural Paio com ervilhas Frango estufado à portuguesa Pudim de maisena gelado Fruta, doce, café, etc.
Ementa 25 ¹²⁹	
Atum em bifés Galantine de vitela Omelete com queijo parmesão Café ou chá	Sopa de pão em calde ervilhas com ovos Alcachofras cozinhadas com molho branco Arroz à italiana Lombo de vaca à editora ¹³⁰

Comparando estas ementas, destinadas às classes abastadas, com as que foram propostas quer na obra de Carlos Bento da Maia (1904) quer na revista *Ilustração Portuguesa* (da década de 1920), para o mesmo tipo de público, verifica-se que em todos os casos estamos perante a apresentação de diversos

¹²⁶ *O Jornal da Mulher*, 179 (1927), p. 366.

¹²⁷ *O Jornal da Mulher*, 184 (1928), p. 458.

¹²⁸ *O Jornal da Mulher*, 190 (1927), p. 554.

¹²⁹ *O Jornal da Mulher*, 195 (1929), p. 650.

¹³⁰ Termina abruptamente, por falta de espaço, não incluindo a sobremesa.

pratos de preparação relativamente elaborada e em que a quantidade de iguarias apresentada foi relevante. Por outro lado, torna-se evidente o predomínio de preparados de carne, a inexistência de preocupações de alternar pratos de carne e de peixe na mesma refeição, algumas massas, poucas saladas frescas e preferência por acompanhamentos à base de legumes cozidos e de batata. Estão presentes doces, fruta, bem como chá e café. O jantar apresentou-se igualmente como a refeição mais pesada¹³¹.

6. Balanço

Muito embora a presença crescente de revistas femininas no Portugal da primeira metade do século xx tenha constituído um indicador claro das alterações dos papéis femininos na sociedade, ligado a uma mais expressiva alfabetização, estas publicações dedicaram-se frequentemente à divulgação de princípios moralizadores, sem descurarem pequenas biografias ou notícias mais sumárias acerca de mulheres que se destacaram em alguma área do conhecimento, em especial na literatura. A política passou quase sempre ao lado destas revistas. As leitoras de *O Jornal da Mulher*, assumidamente consumidoras de produtos diversos, muito especialmente de artigos de papelaria e de artes decorativas disponibilizados pela loja *Le Petit Peintre*, que publicava a revista, não ficavam alheias às novidades, incluindo as muito parcas relativas à cozinha. Terão sido igualmente influenciadas pelos conselhos e receitas de culinária, pois, como Flandrin chamou a atenção, as matérias relativas ao gosto foram sempre objeto de modas criadoras de distinções sociais e de novas sociabilidades¹³².

Se, pela consulta de *O Jornal da Mulher*, os leitores ficaram a par de escassos comentários acerca da I Guerra Mundial, focados essencialmente nas notícias chegadas do estrangeiro e nas consequências sobre a publicação da revista, a anterior passagem da monarquia para a república foi silenciada. Já a análise dos conselhos de economia doméstica, aqui abordados apenas os que estiveram ligados ao universo da comida, e das receitas de culinária, pode perspetivar áreas de estudo e de interpretação diferenciadas, tais como os ingredientes, os utensílios, as técnicas culinárias e o produto final obtido. Ao identificar os

¹³¹ A análise das receitas de Bento da Maia e da *Ilustração Portuguesa* pode ser vista em A. H. de Oliveira Marques, “A Alimentação” in A. H. de Oliveira Marques (coord.), *Portugal da Monarquia para a República*, Lisboa, Presença, 1991, p. 618-621.

¹³² Jean-Louis Flandrin, “A distinção pelo gosto” in Philippe Ariès e Georges Duby (dir.), *História da vida privada*, vol. 3, Porto, Edições Afrontamento, 1990, p. 274.

gêneros alimentares e os objetos que foram referenciados – quer os que eram alvo de apresentação por pouco vulgares, quer os comuns, quer ainda os modos de os arrumar, limpar e utilizar – vão desfilando permanências e mudanças, patentes na revista e em receituários semelhantes de anos próximos. Predominou esmagadoramente o uso de produtos *in natura*, não se encontraram referências relevantes a novidades para a cozinha, em especial no que aos eletrodomésticos respeitou, cuja expansão irá ocorrer nos anos seguintes à II Guerra Mundial. A designação dos pratos remeteu para o nacional, para o regional e para o estrangeiro, o que esteve em consonância com a preparação de refeições comuns mas não isentas de um toque de internacionalização. Como afirmou Paul Freedman, foram as sociedades que desenvolveram o luxo e o artifício as mesmas que reagiram contra a excessiva elaboração dos pratos e procuraram redescobrir a simplicidade e a pureza dos pratos¹³³. Ora, em *O Jornal da Mulher*, ainda não se tinha saído da simplicidade e da pureza alimentares, proclamavam-se conselhos para o género feminino continuar os seus papéis de sempre e, na cozinha e na sala, enaltecia-se uma sociabilidade muito própria das senhoras que recebiam uma vez por semana e acolhiam familiares e amigas à volta da mesa, o que em nada diferiu dos manuais de economia doméstica que então circulavam. Mesmo para décadas posteriores, a partir das abordagens conhecidas, pode perceber-se que o mesmo tipo de problemas e de soluções apontadas não terá evoluído significativamente. Portanto, atendendo às datas de publicação, mais do que às responsáveis pelas edições, ressalte-se o pioneirismo da revista.

¹³³ Paul Freedman, “A new history of cuisine” in Paul Freedman (coord.), *Food the history of taste*, Londres, Thames and Hudson, 2007, p. 18.