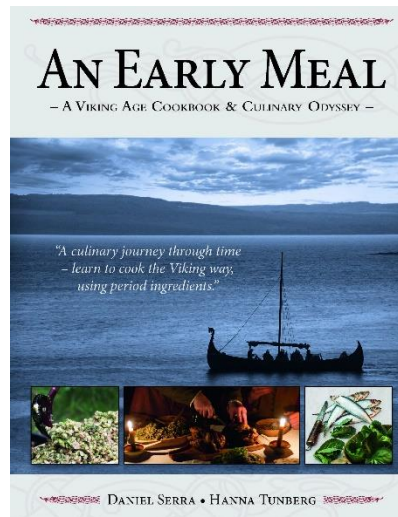


## COMENDO COM OS VIKINGS, UMA VIAGEM GASTRONÔMICA

### EATING WITH THE VIKINGS, A GASTRONOMICAL JOURNEY



SERRA, Daniel & TUNBERG, Hanna. *An early Meal: A viking Age Cookbook & Culinary Odyssey*. Sweden: ChronoCopia Publishing, 2017.

Luciana de Campos<sup>1</sup>

No ano de 2013 os pesquisadores interessados em alimentação da Era Viking<sup>2</sup> foram agraciados com a publicação de um minucioso trabalho de pesquisa, tanto do ponto de vista documental, como da arqueologia experimental. Trata-se do livro intitulado “An early meal”, em que os arqueólogos suecos Daniel Serra e Hanna Tunberg, especialistas em alimentação medieval e renascentista, reconstituíram e

---

<sup>1</sup> Doutora em Letras pela UFPB, membro do NEVE/Northern Woman Arts Collaborative. E-mail: fadacelta@yahoo.com.br

<sup>2</sup> Sobre o tema da alimentação nórdica na Era viking consultar: Campos, 2018; 2017; 2015a; 2015b; 2011.

descreveram receitas consumidas na Escandinávia antiga e medieval e tornaram acessíveis para todos aqueles que desejam ter, em suas mesas, os mesmos pratos consumidos por homens e mulheres nórdicos antigos.

A odisseia culinária, como sugere o subtítulo da obra de Serra e Tunberg, inicia-se literalmente com uma viagem, apresentada ao leitor logo na contracapa do livro com um mapa da Escandinávia, apontando quais foram os locais escolhidos para terem a sua alimentação descrita e reconstituída. A viagem gastronômica dos arqueólogos inicia-se em Lofoten, no norte da Noruega, segue para Kaupang, ainda em solo norueguês, continuando em Lejre, na Dinamarca, seguindo para Hedeby na fronteira com a Alemanha. Em seguida, avança para Jorvik, na costa oeste da Inglaterra, partindo, daí, para a Suécia, alcançando Uppakra e findando sua jornada em Birka. A visão desse mapa, que apresenta o trajeto percorrido pelos autores, aponta a variedade de ingredientes, bem como os diferentes métodos de manipulação e de preparo que cada alimento recebeu, nas diferentes regiões apontadas.

Aquele que inicia esta leitura, seja ela direcionada apenas para conhecer como era a alimentação da Era Viking ou, ainda, como fonte de pesquisa sobre o cotidiano nórdico, depara-se com uma obra escrita por especialistas que se envolveram com a pesquisa bibliográfica, tanto sobre os hábitos alimentares, como sobre os ingredientes utilizados em cada região e em cada estação do ano. Também foram esclarecidos os diversos modos de preparo, compondo, assim, um compêndio de história da alimentação, do ponto de vista histórico, da cultura material e, principalmente, da arqueologia experimental. Sem esquecer que a obra também se constitui de um receituário, em que as receitas de cada local são descritas detalhadamente, tanto no que diz respeito aos ingredientes, como no modo de preparo. Isto permite, aos leitores que se aventurem a preparar os pratos, alcançarem uma experiência de degustação muito semelhante a que tiveram os nórdicos antigos. É preciso, pois, considerar que jamais se comerá exatamente como se comia na Escandinávia do século X, pois os modos de produção agrícola não contavam com os defensivos e fertilizantes contemporâneos. A água também não sofria nenhum tipo de contaminação por metais pesados e outros elementos. Os utensílios eram diferentes, além dos inúmeros condimentos e verduras serem selvagens, nascendo

espontaneamente nas florestas sem a necessidade de cultivo. Todos esses elementos influenciam sobremaneira, tanto no preparo, como no sabor dos alimentos e, conseqüentemente, dos pratos elaborados.

A odisseia culinária pelas terras nórdicas é muito mais do que um compêndio de receitas que convidam o leitor a reproduzi-las, uma vez que os ingredientes são fáceis de serem encontrados, e o modo de preparo de cada receita está bem detalhada. Trata-se, portanto, da reconstituição de uma alimentação mais rústica, que se vale de técnicas culinárias simples na elaboração, conforme utilizadas pelos homens e mulheres que cultivavam os alimentos e os consumiam em forma de assados, ensopados, conservas e queijos triviais, que contavam exclusivamente com a natureza na sua fabricação durante a Era Viking. Essa simplicidade na produção da alimentação foi muito pesquisada por Daniel Serra e Hanna Tunberg, que reconstituíram cada uma dessas receitas em centros de pesquisa e museus que se dedicam a estudos de arqueologia experimental, como foi o caso do Museu Lofotr, na Noruega.

A pesquisa desenvolvida por Serra e Tunberg também foi inspirada na literatura nórdica antiga, trazendo excertos das sagas que retratam como determinados alimentos foram representados nas linhas compostas pelos escaldos. O melhor exemplo do uso da literatura é quando os autores descrevem a alimentação de Lejre, na Dinamarca, mais especificamente na receita do hidromel (Rose Hipe Mead, p.86), e apresentam o trecho da *Saga de Olaf Haraldson, Heimskringla*, que descreve a chegada do rei Hrorek à sua casa, já embriagado, o qual, ainda que no referido estado, não recusa um copo de hidromel feito com ervas e flores, assim como ocorre com a receita que estava forte e doce, conforme descrita na narrativa. Os autores se atentaram a oferecer uma descrição minuciosa aos leitores, elucidando a maneira como a bebida era elaborada e como os ingredientes eram selecionados, investigando diversas fontes como as sagas, os poemas éddicos e os mitos que descrevem o hidromel. Além disso, há um breve estudo sobre um dos ingredientes, a “rose hip” (*Rosa canina L.*), popularmente conhecida como “rosa canina” ou “rosa mosqueta”. Esta é rica em flavonoides e vitamina C que, além de auxiliarem na fermentação da bebida e lhe conferirem cor e sabor, também são excelentes conservantes naturais. Segundo os autores, estas propriedades garantiam certa

longevidade à bebida, consumida pela aristocracia, em datas comemorativas especiais, que exigiam que o brinde fosse realizado com hidromel. Os autores apontam que uma receita desta bebida era necessária em um receituário da Era Viking, visto a sua importância nas festas e rituais, bem como a sua presença nos mitos e na literatura. Essas informações são essenciais, tanto para os pesquisadores, como para o público, principalmente nos tempos atuais, uma vez que há uma proliferação de produtores de hidromel que alegam seu produto enquanto “verdadeiro e autêntico”. No entanto, a popularização destas produções, em aspecto geral, não se atenta a realizar uma elaboração de suas receitas com embasamento de pesquisas históricas e/ou relacionadas à arqueologia. Por isso, a obra vem preencher uma lacuna que, há muito tempo, estava aberta e, portanto, necessitava ser devidamente esclarecida.

Uma outra receita pesquisada e reconstituída pelos autores é o “coração assado no espeto” (Spit-Roasted Heart), que apresenta a estreita ligação que existia entre a alimentação e religiosidade na Era Viking. Nesta preparação, o coração de carneiro é temperado com mel, mirtilos, alho-poró, bacon e bagas de junípero para lhe conferir sabor e amaciar a carne que será assada. As bagas de junípero, conhecidas como zimbro, são os frutos femininos da árvore homônima (*Juniperus communis*), natural das florestas da Noruega, Rússia, Grã-Bretanha e América do Norte. Estas são utilizadas desde os mais remotos tempos, não só para conferirem sabor aos alimentos e às bebidas, mas também ajudam na sua conservação graças à sua ação antifúngica. A receita é acompanhada do excerto da *Volsunga Saga*, em que o personagem Sigurd assa o coração do dragão e o come, adquirindo, assim, a capacidade de entender os pássaros. No entanto, os corações preparados para determinadas refeições cerimoniais não eram de animais imaginários, eram de animais criados nas fazendas ou, ainda, de animais silvestres, como lobos e vários tipos de pássaros.

Nesta presente edição da revista *Scandia*, em especial um artigo contém uma investigação inovadora na relação entre alimentação e religião, oferecendo ao leitor uma melhor análise da receita de coração assado, a qual recebe o título de “Eaten Hearts and Supernatural Knowledge in *Eiríks Saga Rauða*”, escrito por Andrea Maraschi. Este analisa a Saga de “*Eirík, o Vermelho*”, investigando a passagem na qual a *seiðkona Þorbjörg* prevê

a extinção da grande fome que assolara a comunidade. Nesta narrativa, para que a *seiðkona* possa realizar as suas previsões, lhe é servida uma refeição ritualística que consistia em um mingau feito com cereais, leite e corações cozidos de todos os animais que viviam naquela região. Depois de ingerir esse banquete ritualístico preparado pelas mulheres, a *seiðkona* estava pronta para prever o futuro da comunidade e, assim, trazer alento no momento desesperador, em que a fome era a única certeza. A análise de Maraschi associa o ato de comer corações com o conhecimento sobrenatural, mostrando que aqueles órgãos, ao serem ingeridos, proporcionariam o conhecimento do futuro. Segundo Serra e Tunberg, as sagas relatam que havia a ingestão ritualística de corações de outros animais, como falcões, lobos e serpentes, a qual acontecia para que a força desses animais fosse transmitida a quem os comesse e, já que confeririam a este órgão poderes extraordinários que só poderiam ser obtidos se fossem ingeridos em banquetes rituais, como aquele oferecido a Þorbjörg.

A reconstituição da referida receita, descrita em inúmeras sagas, evidencia a sua importância para a sociedade nórdica antiga, apontando que a alimentação, em especial o consumo de determinados alimentos e principalmente o preparo e a ingestão de determinadas carnes, possuíam ligação profunda com rituais religiosos. Este fato aponta que, para uma sociedade na qual se dependia totalmente dos frutos da terra, desejava-se que as chuvas viessem na época certa e que os invernos não fossem tão rigorosos, ao ponto de deixar a terra estéril. Para que isso fosse possível, era preciso sempre agradecer aos deuses com banquetes singulares e consumir os alimentos mais raros e caros somente em condições especiais, principalmente quando a comunidade estava perecendo e, mais do que nunca, necessitava-se conhecer a vontade dos deuses.

A obra dos arqueólogos suecos ainda apresenta a reconstituição de receitas de pães, cerveja, peixes e conservas que faziam parte da alimentação cotidiana, mostrando que a diversidade de alimentos era muito grande. Ainda assim, esta pluralidade variava de região para região, apontando-se como cada receita aproveitava os recursos naturais, bem como aquilo que cultivavam, demonstrando como as comunidades precisavam aproveitar ao máximo todo e qualquer ingrediente, pois o desperdício podia significar não sobreviver ao próximo inverno.

A obra também elucida, ao leitor, tópicos que descrevem cada um dos alimentos que eram consumidos, caracterizando-os cuidadosamente. Os autores explicam como as ervas, raízes e frutas eram utilizadas, sendo estas compreendidas não só como mais um ingrediente, mas também possuíam a função de conservantes, garantindo, assim, uma maior longevidade aos alimentos. Um desses conservantes naturais era o soro de leite, utilizado para o preparo da conserva de rabanetes e nabos, tanto os selvagens, como aqueles cultivados nas hortas. Nesta preparação, o soro de leite era usado como um ácido conservante, da mesma maneira que o vinagre de vinho era usado pelas populações mediterrâneas. Podemos observar, aqui, as adaptações de ingredientes, bem como o seu total aproveitamento, demonstrando como a reutilização de ingredientes era uma constante naquela sociedade e nada devia ser desperdiçado.

A odisseia culinária proposta por Serra e Tunberg, mais do que um receituário da Era Viking, possui, em sua proposta de estudo, a utilização dos mesmos ingredientes que eram utilizados há mais de mil anos, inclusive aqueles que ainda são encontrados nos campos da Escandinávia, como a erva aromática angélica (*Angelica archangelica*). A referida obra também é um compêndio de arqueologia experimental, pois mostra como os autores reconstituíram cada uma das receitas encontradas na obra com utensílios reconstituídos semelhantes àqueles utilizados pelos nórdicos antigos, muitas delas elaboradas ao ar livre, em “fogões de chão”, tendo seu fogo alimentado com lenha recolhida nas mesmas florestas que os homens e mulheres recolhiam nos tempos antigos.

O livro surgiu em momento oportuno, pois, nos tempos atuais, o reconstrucionismo histórico, a história viva (*living history*), os festivais medievais e a temática viking têm conquistado cada dia mais espaço em todo o mundo, e, inclusive, tornaram-se tema de conferências acadêmicas como a “*ReConference*”, que ocorreu no início de novembro de 2018 no Museu Nacional da Dinamarca. Ademais, considera-se a referida obra como estudo fundamental, já que mescla em suas linhas a pesquisa acadêmica, comprometida em apresentar ao leitor as evidências arqueológicas, literárias e históricas do uso dos alimentos, à sua própria preparação. Os autores, então, proporcionam uma deliciosa viagem gastronômica pela Escandinávia medieval e demonstram que, ainda hoje, a reconstrução de alimentos é possível e acessível até

mesmo para regiões Trópicas, tornando literalmente viável se alimentar como os vikings.

**Referências bibliográficas:**

CAMPOS, Luciana de. Alimentação; Cerveja; Festas e festins; Hidromel; In: LANGER, Johnni (Ed.). *Dicionário de História e cultura da Era Viking*. São Paulo: Hedra, 2018.

CAMPOS, Luciana de. Da suposta noiva que comia demais. Uma proposta de análise da alimentação na Prymskviða. *Roda da fortuna* 2017-1. Disponível em: [https://docs.wixstatic.com/ugd/3fdd18\\_a236712a92e44880966298d0f0044c26.pdf](https://docs.wixstatic.com/ugd/3fdd18_a236712a92e44880966298d0f0044c26.pdf)

CAMPOS, Luciana de. A sacralidade que vem das taças: o uso de bebidas no Mito e na Literatura Nórdica Medieval. *Revista Brasileira de História das Religiões*, vol. 23, 2015a. Disponível em:

<http://periodicos.uem.br/ojs/index.php/RbhrAnpuh/article/view/29528>

CAMPOS, Luciana de. Bebidas sagradas nórdicas; Plantas mágicas, In: LANGER, Johnni (Ed.). *Dicionário de Mitologia Nórdica*. São Paulo: Hedra, 2015b.

CAMPOS, Luciana de. Um banquete para Heimdallr: uma análise da alimentação viking na Rígsþula. *História, imagem e narrativas* 12, 2011. Disponível em: <https://www.academia.edu/30992828>