

A		L	Ana Paula Coutinho Marta Correia	
	I	M	E	
	<p>Mesas Migrantes Projetos de Alimentopia</p> <p>Migrant Tables Utopian Foodways Projects</p>		N	T
I			O	P
			A	PT
				EN

A

L

I

M

E

N

T

O

P

I

A

Mesas Migrantes: Projetos de Alimentopia

Ana Paula Coutinho
& Marta Correia

Título: Mesas Migrantes: Projetos de Alimentopia

Autor: Ana Paula Coutinho & Marta Correia

Coordenação Série Alimentopia: Fátima Vieira

Coleção Transversal – Série Alimentopia, n.º 11

1.ª Edição, Porto, novembro 2019

© U.Porto Press

Universidade do Porto

Praça Gomes Teixeira

4099-002 Porto

<http://up.pt/press>

Design: Miguel Praça

Formato: Digital

eISBN: 978-989-746-241-2

Depósito Legal: N. DL: 465716/19

Índice

1. Alimentação e migrações	8
2. Projetos de integração alimentar	20
2.1 <i>Mezze</i> : um caso sírio de sucesso	20
2.2 Outras iniciativas: do(s) indivíduo(s) à comunidade	27
3. Mesas inclusivas e sociedades interculturais	34

Série Alimentopia

As sociedades evoluem no sentido das perguntas que formulam. O projeto *ALIMENTOPIA* partiu da formulação de um conjunto de perguntas que convidam a uma abordagem crítica das sociedades, bem como da imaginação da forma como poderão evoluir, a partir do ponto de vista da alimentação. A Série *ALIMENTOPIA*, publicada pela U.Porto Press no âmbito da Coleção Transversal, propõe-se, nesse sentido, contribuir para a criação de uma história da literatura e da cultura focada na forma como as sociedades produzem, distribuem e preparam os seus alimentos, orientando a análise crítica pela consideração de indicadores de inclusão, desenvolvimento e sustentabilidade, aos mais variados níveis.

O Projeto Alimentopia / *Utopia, Alimentação e Futuro: o Modo de Pensar Utópico e a Construção de Sociedades Inclusivas - Um Contributo das Humanidades*, financiado por Fundos Nacionais através da FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia e por Fundos FEDER através do Programa Operacional Fatores de Competitividade - COMPETE 2020 (PTDC/CPC-ELT/5676/2014 | POCI-01-0145-FEDER-016680), congregou 27 investigadores de diferentes áreas do conhecimento (Literatura, Cultura, Filosofia, Antropologia, Linguística, Ciências da Nutrição e Psiquiatria) num trabalho multidisciplinar que provou a pertinência da intersecção da área dos Estudos sobre a Utopia com a área dos Estudos sobre a Alimentação.

Perguntas: O que significa “refugiado”?
Dir-te-ão: É aquele que é arrancado da sua pátria.
Perguntas: O que significa “pátria”?
Dir-te-ão: A casa, a amoreira,
o galinheiro, a colmeia, o cheiro a pão...

Mahmoud Darwich

1. Alimentação e Migrações

Investigadoras do projeto ALIMENTOPIA/UTOPIAN FOODWAYS [Alimentopia/ Estudos de Alimentação utópicos]¹, que tem por objetivo nuclear desenvolver uma abordagem multi-disciplinar das condições da produção de alimentos e seu consumo através de um pensamento utópico, holístico e prospetivo, o nosso enfoque reside na relação entre alimentação e migrações. Trata-se de “uma relação reveladora” (Barou 2010), que tem vindo a ser progressivamente reconhecida e valorizada, como comprova quer o pioneiro *Dictionnaire des Cultures Alimentaires* (2012), dirigido por Jean-Pierre Poulain, que dedica artigos específicos à “Migração” à “Transição nutricional e migração”, quer o *European Foundation Center*, sediado em Bruxelas, e que além de incluir uma rede temática sobre Diversidade, Migração e Integração, acolhe também um observatório sobre alimentação e migração, onde, por sua vez, se integra o *Barilla Center for Food & Nutrition Fondation*.

Na verdade, o ângulo escolhido para esta nossa abordagem assenta numa circunstância prévia ao projeto *Alimentopia*, uma vez que cada uma de nós tem-se dedicado ao estudo das representações, num caso do fenómeno migratório, no outro, do fenómeno bélico, ambos muitas vezes ligados entre si. Assumir que a nossa tarefa seria relacionar alimentação e migrações foi uma decisão ao mesmo tempo natural e obrigatória, uma vez que existem de facto muitas e variadas relações entre esses dois universos. Algumas dessas relações têm vindo a ser analisadas do lado da Sociologia, da Antropologia ou mesmo das Ciências da Saúde², mas até à data pouco se tem refletido, desde logo em Portugal, sobre o papel da comida na integração sociocultural dos migrantes, ou, noutros termos, sobre os problemas e desafios da interculturalidade associada à alimentação e, por con-

seguinte, enquanto pensamento e prática de (re)invenção do quotidiano, para aqui invocar a conhecida e seminal obra de Michel de Certeau (1980, 1990). Essa lacuna torna-se ainda mais gritante quando estamos a falar num país como Portugal, cuja História tem contado com sucessivas vagas de um elevado número de emigrantes, para quem a ligação com as origens, quando não mesmo a integração socioprofissional no estrangeiro, tem em grande medida passado pela manutenção de hábitos alimentares e pela promoção de tradições culinárias portuguesas.

Apesar de ser comum utilizar o termo geral “migrantes”, a que também nós acabamos por ceder às vezes, a verdade é que ele designa essencialmente um ato de deslocação - ir de um lugar/país/região para o outro. Ora, uma vez chegado a esse outro lugar, o indivíduo é essencialmente um deslocado, ou seja, aquele que está fora do seu lugar de origem, e justamente, aquilo que nos interessa analisar aqui é a alimentação daqueles que vivem fora do seu país/território de origem. Daí que fosse mais adequado ou rigoroso falar sempre de “exiliente(s)” e de “exiliência”, para assim dar conta de uma condição existencial comum a todos/as forasteiros, independentemente das razões da sua migração ou do seu estatuto oficial (Nouss 2016), uma vez que por todos sempre atravessam, de algum modo, a sensação de ausência e o desejo multisensorial de algum hábito alimentar relacionado com as origens.

Importa esclarecer que este *ebook* visa sensibilizar um público alargado, naturalmente heterogéneo, para algumas das questões e possibilidades que se levantam quando se equaciona o universo da alimentação com contextos migratórios, e se atenta nas mudanças de uma dada paisagem sociocultural. Não queremos simplificar pela banalização, mas tão pouco presumimos ou ambicionamos a exaustividade. Apesar do apelo a algumas referências bibliográficas e a experiências que extravasam do contexto português, assumimos que é para nós prioritário dar a conhecer alguns projetos e iniciativas, em Portugal, de integração de migrantes, refugiados, requerentes de asilo... numa palavra, exilientes, por via de atividades ligadas à alimentação.

Cumpramos ainda sublinhar que o modo de abordagem e a divulgação aqui seguidos obedecem a uma epistemologia comparatista, que pressupõe um conhecimento assente na reflexão crítica sobre uma problemática global que, por sua vez, vai sendo cruzada com a análise das suas manifestações locais. No caso em apreço, este procedimento é tanto mais óbvio que são as próprias dinâmicas alimentares

a convocar essa forma de glocalização, devido ao trânsito de produtos e pessoas implicados, bem assim como às fusões e transformações potenciadas.

Ao longo da História da Humanidade, a privação ou a míngua de alimento - numa palavra radical, a fome, ou então por eufemismo, a insegurança alimentar -, em qualquer dos casos causadas por problemas ambientais, por perseguições ou por conflitos bélicos, têm constituído umas das razões principais por que indivíduos isolados ou populações inteiras se vêem tantas vezes obrigados a emigrar. Por outro lado, as rotas comerciais de alimentos, o trânsito de trabalhadores, quando não mesmo o tráfico humano, nas áreas da agropecuária ou da indústria alimentar, bem como o número de imigrantes a trabalharem e/ou a investirem no comércio alimentar ou na restauração, são provas inequívocas das fortes ligações entre alimentação e dinâmicas migratórias.

Contudo, a montante dessas relações, existe também um outro e profundo vínculo, que diz respeito a cada um dos migrantes, embora com repercussões a nível coletivo, e que tem a ver com a bagagem de memórias e hábitos alimentares que cada um carrega, se não em malas, sacos ou baús, pelo menos como experiências interiorizadas, uma bagagem porventura invisível a terceiros, mas que, em si mesma, representa um importante e inalienável legado de sensações e de significados. Para o antropólogo Jon D. Holtzman, a comida, além de representar um lugar de memória, que atravessa o domínios do privado e do público, permite-nos aceder a formas de memória que são “mais heteroglóssicas, ambivalentes, sobrepostas e



texturizadas” (Holtzman 2006: 373-374). Daí que possa também afirmar-se que “hábitos alimentares são textos” (Woortmann 2006: 32), que como tal nos cabe interpretar e/ou reescrever.

Comer, alimentar(-se), significa, pois, muito mais do que um ato de sobrevivência ou mais do que uma forma opcional de nutrição; trata-se acima de tudo de um comportamento simbólico e cultural, porquanto as escolhas alimentares que cada um/a faz não são ditadas, normalmente, por meros princípios nutricionais; pelo contrário, traduzem influências sociais e culturais, vividas e entranhadas no quotidiano. Nesse sentido, há mesmo alguns autores que fazem questão de distinguir “alimento” de “comida”, remetendo o primeiro para a área da nutrição e o segundo para o domínio das representações sociais e culturais (Lima *et alii*, 2015: 511). São justamente essas representações que fazem com que o(s) alimento(s) faça(m) parte de sentimentos de identidade e de pertença, tanto em termos individuais como a nível coletivo. Nelas reside ainda a possibilidade de estabelecer a distinção entre “eu” e “tu”, ou entre “nós” e “eles”, enquanto lugares enunciativos que enquadram, delimitam, a relação entre nativos e forasteiros.

Sedimentados em memórias multissensoriais, os hábitos alimentares passam de geração em geração, por “reprodução familiar simbólica” (Woortmann 2013:



5), por tradição cultural ou religiosa. Representam ainda aquilo de que qualquer exiliente sente falta, e também aquilo que, com mais deleite, lhe dá a sensação de continuar ligado/a às suas origens geográficas ou à sua comunidade socio-cultural e/ou religiosa.

O facto de ser em regra transversal o prazer que proporciona ao exiliente um dado ingrediente ou um certo costume culinário, porquanto lhe lembram as suas origens, não significa que não existam muitos outros fatores, como seja a idade, o género, a classe social, o grau de cultura ou a religião, a interferir na relação do indivíduo com

a alimentação. Com efeito, a alimentação constitui uma das práticas socioculturais que integram o *habitus* (Bourdieu) que, por sua vez é determinado por crenças, práticas e agentes sociais, razão pela qual os hábitos alimentares são os mais difíceis de alterar, de acordo com o autor de *La distinction. Critique sociale du jugement* (Bourdieu 1979). Aos sociólogos, antropólogos ou nutricionistas cabe então analisar, de forma sistemática, os efeitos de todas essas variantes, cujos resultados são muito importantes para a definição de uma cartografia alimentar que dê conta da heterogeneidade de hábitos alimentares, muito para lá de algumas ideias gerais, quando não mesmo de estereótipos, aplicados a determinadas regiões ou países.

Já naquilo que nos diz mais especificamente respeito, enquanto investigadoras na área dos estudos literários e culturais, a abordagem não pode senão centrar-se no poderoso e complexo significado que a alimentação representa, bem como no seu grau de intervenção na identidade, seja do indivíduo, seja da comunidade.

A Antropologia, desde os conhecidos estudos de Claude Lévi-Strauss, ensinou-nos que o modo como os seres humanos se relacionam com a alimentação é semelhante à sua relação com a linguagem; ambas desenvolvem-se em paralelo, de uma forma simultaneamente natural e cultural. Os indivíduos, em geral, começam por se relacionar com o seu grupo familiar e étnico, cuja identidade é, por sua vez, definida de acordo quer com a sua principal base alimentar, quer com comidas mais específicas, ligadas a festas ou a rituais religiosos.

No caso do/a migrante, sujeito por isso a uma desterritorialização, esse, além de relacionar-se com os seus grupos originais de referência, é também levado a fazê-lo com outros grupos da sociedade de acolhimento. A interação entre uns e outros, inclusive a nível dos hábitos alimentares, vai depender de processos de adoção e de adaptação mais ou menos evidentes, que entram no quadro daquilo a que Beck (2004) chamou “cosmopolinização” e que – note-se – afeta tanto os migrantes ou exilientes, como os nativos, mesmo que se de modos distintos.



Não obstante esses sinais de abertura à diversidade, o contacto com outras comidas e hábitos alimentares pode também dar origem a atitudes de desconfiança e de rejeição, que ficam a dever-se sobretudo a hábitos culturais ou a preceitos religiosos arraigados, vividos por uns e por outros como âncoras inabaláveis de afirmação identitária. Esses comportamentos não devem, contudo, ser confundidos com uma outra tendência, não tanto de fechamento auto-protcionista, mas de resistência à globalização homogeneizante dos hábitos alimentares, recorrendo para tanto à recuperação de determinadas tradições culinárias, ou à revitalização de lugares e ambientes que arriscam perder autenticidade, identidade cultural e histórica.

No contexto atual da Europa, mas não só, um dos grandes desafios reside em fazer da alimentação não apenas um negócio como outro qualquer, mas um fator de inclusão ou, mais precisamente ainda, de integração social. Se incluir, às vezes, não significa mais do que uma adição ou justaposição, sem ter em conta as particularidades e os jogos de força no conjunto global, já a integração implica uma atitude recíproca entre as partes envolvidas. É através dessa forma de negociação bilateral ou multilateral que se fomentam atitudes de intercompreensão e sentimentos de pertença alargada, fundamentais para o equilíbrio de sociedades cada vez mais heterogêneas do ponto de vista étnico, cultural e religioso.

Foi esse propósito fundamentalmente orgânico que esteve subjacente à pesquisa levada a cabo por especialistas italianos de várias áreas, e que viria a resultar numa publicação intitulada *Food&Migration. Understanding the Geopolitical Nexus in the Euro-Mediterranean* (2017). Neste caso, e em rigor, a análise da re-



lação entre comida e migração apresentava-se com um duplo objetivo: por um lado, integrar a vertente da segurança alimentar e da nutrição na discussão dos fatores que fomentam as migrações; estudar o papel das cadeias de valor alimentar enquanto motores do desenvolvimento local; por outro lado, apresentar um programa de pesquisa sobre as mudanças socioculturais introduzidas pelas migrações nos sistemas alimentares dos países de destino (op. cit.: 3-4).

Por força de circunstâncias várias, os propósitos da nossa pesquisa e da concepção deste *ebook* foram à partida mais restritos; partilham contudo de um mesmo ensejo: contribuir para a chamada de atenção das mudanças socioculturais, a nível da alimentação, desencadeadas pelas dinâmicas migratórias, vendo nelas não apenas, ou forçosamente, sinais de perda, mas também, e fundamentalmente, oportunidades de encontro e renovação, isso tanto para os exilientes ou *outsiders*, como para nativos ou estabelecidos.

Quisemos conhecer de perto alguns projetos e iniciativas de (e com) migrantes, mais concretamente de pessoas refugiadas da Síria, país que vive, desde 2011, uma guerra interminável, que além de milhares de mortos, tem também causado milhões de deslocados internos, e outros tantos refugiados em países vizinhos, ou espalhados um pouco pela Europa e pelo restante mundo.

Não é óbvio nem fácil falar sobre alimentação com quem antes de chegar a um país de acolhimento, passou pela experiência terrível de viver durante semanas, meses, quando não mesmo anos, num ou mais campos de refugiados da ONU, autênticos “estados de exceção” no sentido agambeniano do termo, onde imperam apenas dois propósitos comuns a todos: sobreviver e sair dali.

Reportagens sobre a chamada “crise dos refugiados” têm mostrado aquilo que muitos testemunhos de voluntários no terreno têm também denunciado: as condições infra-humanas dos abrigos improvisados ou da maioria dos acampamentos sobrelotados de refugiados, seja na Líbia, na Jordânia, na Turquia ou no Iraque, seja ainda em ilhas gregas como Samos ou Lesbos, onde se encontra o maior campo de refugiados da Europa.

Por um tácito acordo mútuo, não chegámos a falar desse período de deslocação até Portugal, ou dessa condição “em trânsito”, com os refugiados que encontrámos em Lisboa, por estarem ligados aos projetos que apresentaremos de seguida. Entendemos, contudo, que não se pode equacionar alimentação e migrações sem ter também em conta essa realidade, julgada à partida como

meramente transitória, mas que acaba muitas vezes por ser longa, dolorosa e traumatizante, antes de mais, para os próprios migrantes e requerentes de asilo, mas também para todos aqueles que com eles lidam, técnicos e voluntários, uns e outros vergados pelo cansaço e pela impotência.

Foi no sentido de obter um testemunho atento e direto sobre esta matéria que inquirimos a escritora Julieta Monginho. A sua experiência de voluntariado num centro de acolhimento de refugiados na ilha de Chios esteve na origem do seu mais recente livro, intitulado *Um Muro no Meio do Caminho* (2017), uma narrativa híbrida e polifónica dessa experiência profundamente marcante do ponto de vista humano, e questionadora também do ponto de vista literário e social. Não é certamente por acaso que em *Um Muro no Meio do Caminho*, não existem praticamente referências a comida ou a bebida. Entretanto, Julieta Monginho confirmou-nos aquilo que outros também têm testemunhado: os refugiados não podem confeccionar as suas próprias refeições, alimentam-se com o que lhes é dado, seja pelas autoridades, no campo oficial, seja por voluntários, no acampamento informal. Mas, todos, sem exceção, acabam por se queixar da comida, pelo facto de esta ser escassa, e de muitas vezes estar já estragada. Se soubessem dizê-lo ou se conseguissem fazer-se entender, com certeza que se queixariam dum certo mal estar, simultaneamente físico e psicológico, provocado pela falta de alguns produtos alimentares que lhes são mais caros, bem como da possibilidade de os cozinhar e partilhar, de acordo com os seus respetivos hábitos culturais.

Conscientes do impacto negativo desses fatores e na tentativa de evitar desperdícios por inadaptação da comida distribuída nos campos, foi lançado um programa, em 2012, na Turquia, que incluía um cartão alimentar electrónico distribuído aos refugiados sírios, residentes nos campos, ou a morar fora deles, para comprar alimentos à escolha em determinadas lojas e supermercados (AAVV 2017: 97). Permitiu-se assim que as famílias pudessem escolher os alimentos mais convenientes de acordo com os hábitos culturais e religiosos. Além disso, os refugiados foram levados a retomar algumas práticas do quotidiano, designadamente a preparação das refeições, o que significa voltar a usufruir do potencial comunicativo e simbólico da comida, e do reatar, de algum modo, com as respetivas origens e memórias. Note-se que para quem, como os migrantes, requerentes de asilo ou refugiados, estão sujeitos

a grandes tensões e depressões, comer alimentos a que estão culturalmente ligados pode contribuir, de facto, para aliviar o stress, proporcionando algum conforto emocional e fomentando a sensação de alguma normalidade, no meio daquela que é a sua situação crítica de incerteza e ansiedade.

Num outro contexto, já muito menos dramático para todos os envolvidos, o nosso trabalho de pesquisa passou por ouvir pessoalmente o testemunho de alguns migrantes na cidade do Porto, tendo para isso promovido um encontro informal, à volta de uma mesa, a que foi dado o nome “Oficina Alimentopia”. Começámos por apresentar brevemente o projeto geral, de molde a que os participantes pudessem entender o enquadramento da partilha para que os havíamos convidado, assim como a razão de ser das perguntas que já lhes haviam sido enviadas, e que iriam estar no centro da conversa entre todos/as.

Para o efeito, adaptaram-se as perguntas (utópicas) que estiveram subjacentes a todos os trabalhos de investigação para o projeto “Alimentopia”. Propositadamente, são perguntas muito concretas, que visam obter informações diretas, ao mesmo tempo que vão ao encontro das diferentes mas complementares vertentes que Jean-Pierre Poulain identificou no chamado “espaço social alimentar” (Poulain, 2003)³:

1. O que come e bebe?
2. Mudou os seus hábitos alimentares desde que veio viver para Portugal?
3. Existem alimentos/produtos proibidos para consumo? Quais?
4. Onde decorrem as suas refeições (casa, restaurante, comunidades, cantinas, etc.)?
5. Com quem partilha as refeições (família, amigos, colegas, etc.)? Existe algum tipo de ritual na confeção e aquando das refeições? Qual?
6. Quem prepara as refeições?



7. Quem serve as refeições?
8. Quem limpa a cozinha e a mesa?
9. O que acontece aos alimentos não consumidos? Deitam-se fora?
10. Em termos de alimentação do que sente mais falta?
11. Alguma vez trabalhou na área da restauração?
12. Conhece algum livro, provérbio, canção, lenda que esteja relacionado com a sua alimentação?

Seria completamente desajustado pretender retirar da pequena amostra dessa “oficina de experiências”, grandes ou definitivas ilações. Contudo, não pode deixar de ser significativo o termos podido confirmar, com pessoas de formações, proveniências e percursos distintos (desde a China, Timor, Brasil, à Rússia ou a Marrocos), a importância do valor identitário que cada um atribui à alimentação que faz ou procura e deseja fazer, bem como das diferentes práticas de conjugação dos hábitos culinários: os das suas origens e do país de acolhimento.

Apesar das limitações de tempo no quotidiano, da ausência do enquadramento familiar dos seus contextos de origem, ou mesmo da falta de alguns ingredientes, todos os participantes deram testemunho da vontade e do esforço em manter alguns dos hábitos alimentares das suas terras de origem. Reconheceram as vantagens de ser possível encontrar uma grande variedade de produtos alimentares

em lojas específicas ou até nas grandes superfícies. Foi salientado o progressivo aumento de estabelecimentos de restauração especializados em variadas tradições culinárias, apesar de a cozinha aí praticada ser já, muitas vezes, uma cozinha “traduzida”, ou seja, adaptada a paladares portugueses ou mais internacionais. Foi também notado que a migração arrasta consigo alguma mudança de papéis na organização familiar, em especial quando se trata de homens ou jovens que migram sozinhos, para quem é essa experiência que, muitas vezes, os obriga a iniciar-se em tarefas



de que não costumam ocupar-se nos seus países de origem, por tradição cultural e familiar. Importa, por fim, realçar que a comida, enquanto “categoria cultural nucleante”, sempre esteve inscrita, de um modo ou de outro, nas mais diversas manifestações culturais e artísticas. Não cabe aqui recensear, analisando-as, essas representações que, além de poderem documentar algumas circunstâncias históricas, têm geralmente o mérito de promover e, porventura, reinventar um certo “espaço social alimentar”, nas respetivas relações culturais e interculturais.

No domínio da literatura, por exemplo, tem havido um renovado interesse pelo universo da gastronomia, a que não será alheio o facto de estar na moda tudo aquilo que são experiências “gourmet” ou formas de iniciação às “cozinhas do mundo”. Nesses casos, a alimentação surge mais como um elemento de ambientação, uma ilustração prática ou um pedagogia culinária, no âmbito de viagens à procura de tradições ou raízes culturais, ou então em busca de ambientes distintos, mais ou menos exóticos. No entanto, para a problemática que aqui nos conduz, interessa-nos sobretudo destacar o facto de haver obras, literárias e cinematográficas, que justamente associam o mundo da imigração e da gastronomia, trabalhando em geral enredos que dão conta seja da nostalgia de paladares e de rituais a eles associados, que acomete os exilientes, ou os seus descendentes que se reencontram com o passado pessoal e coletivo, através de memórias plurisensoriais ligadas à alimentação, seja da progressiva afirmação e reconhecimento dos imigrantes nas sociedades de acolhimento, por via das suas performances e dos seus empreendimentos em termos gastronómicos. Apenas alguns exemplos, dos últimos anos, onde também se pode constatar como o cinema tem catapultado, quando não mesmo determinado, logo à partida, algumas das narrativas que têm cruzado alimentação e migração. Um dos casos mais recentes será o filme de 2014, *The Hundred-Foot Journey* [*A 100 Passos de um sonho*], do realizador sueco Lasse Halls-



tröm. Por sua vez, o filme *The Mistress of Spices* (2005) [*A Senhora das Especiarias*], do realizador americano Paul Mayeda Berges, baseou-se no romance homónimo, da escritora americana de origem indiana, Chitra Banerjee Divakaruni. O realizador franco-tunisino Abdellatif Kechiche realizou, em 2007, *La graine et le mulet* [*O segredo do grão*] que roda em torno da abertura de um restaurante por um magrebino na costa francesa do Mediterrâneo, e da preparação do couscous, metáfora de toda uma cultura culinária e de comensalidade. *Der Koch* (2010), do escritor suíço Martin Suter conta a história de um refugiado do Sri Lanka na Suíça, que já foi entretanto adaptado ao cinema por Ralf Huettner (2014). Tendo sido despedido de um restaurante, o jovem tamul lança-se num negócio de jantares afrodisíacos ao domicílio como forma de subsistência. O autor empenha-se sobretudo na descrição primorosa de todo o trabalho culinário, ao mesmo tempo que realça a tensão entre tradição e modernidade a que está sujeito Maravan, o protagonista.

Mas, acima de todos, ou na sua dianteira, impõe-se *A Festa de Babette*, um filme da década de 80, do realizador dinamarquês Gabriel Axel, que se baseia no conto homónimo da escritora Karen Blixen. A acção transporta-nos para os finais do século XIX, para o percurso de uma refugiada dos tumultos da Comuna de Paris, que aporta numa pequena localidade da costa da Dinamarca, onde trabalhará como cozinheira na casa de duas mulheres de meia-idade, filhas de um Pastor protestante. O banquete que Babette virá a realizar com o seu prémio de lotaria em França, culmina o modo como a francesa consegue revolucionar discretamente a vida na localidade do seu exílio, libertando os autóctones dos atavismos que os levam a encarar a comida, as relações interpessoais e a vida em geral, de um modo extremamente austero e reprimido, sem qualquer sensualidade e prazer. Ora, a cozinheira francesa com esse banquete, uma prova estética final, levá-los-á a repensarem-se e a reatarem com o sentido social mais profundo e mais prático da comensalidade, transformando-a em verdadeira comunhão, ao mesmo tempo sagrada e laica.



2. Projetos de integração alimentar

2.1. *Mezze*: um caso sírio de sucesso

Foi assim que Miguel Somsen descreveu o restaurante *Mezze* - Cozinha do Médio Oriente - em Lisboa, um projeto concretizado pela associação sem fins lucrativos *Pão a Pão* em parceria com um grupo de pessoas em deslocação forçada.

Chegadas a Portugal ao abrigo do programa de reinstalação do Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados, provindas da Síria em guerra onde se tornou praticamente impossível viver, essas pessoas viram-se em Lisboa completamente descontextualizadas, sem saber falar a língua do país e com perspectivas de futuro muito incertas. Do grupo faziam também parte mulheres, crianças e jovens, alguns da mesma família, com histórias de contornos individuais, mas todas

marcadas pela perda e pela interrupção. Em comum acalentavam ideias e ideais, e acabariam por se tornar protagonistas de um caso exemplar de integração.

Alaa Alhariri, apoiada pela Plataforma Global para Estudantes Sírios, instalou-se em Lisboa para estudar arquitetura, onde viria a conhecer várias pessoas indignadas com as situações-limite a que são submetidos aqueles e aquelas que escapam de conflitos armados e que, aos milhares, têm conseguido chegar à Europa nos últimos anos⁴. Será nesse contexto que conhece Francisca Gorjão Rodrigues, então jornalista do Público, Rita Melo e Nuno Mesquita, a quem haveria de confidenciar que era do pão do seu país que mais saudades sentia. Nada que



Ahlan w sahan bikom

Ahlan w sahan bikom. Bem vindos ao Mezze, um restaurante de cozinha do Médio Oriente. O que levamos para a mesa não são apenas pratos deliciosos, preparados por mãos com muitas histórias. Levamos também inclusão, solidariedade e tolerância. Este é um projecto criado para dar formação e emprego a refugiados do Médio Oriente, aproveitando o muito que têm para dar. Agora é sentar e deixar a comida falar por si.

Ahlan w sahan bikom. Welcome to Mezze, a Middle Eastern cuisine restaurant. What we bring to the table aren't just delicious dishes, prepared by hands carrying many stories. We also bring inclusion, solidarity and tolerance. This is a project created to provide training and employment to Middle Eastern refugees, making the most of everything they have to offer. Now sit back and let the food speak for itself.



Mezze é uma refeição de partilha. Uma festa de pequenos pratos coloridos e apetitosos.

Pode ser quente ou frio, doce ou salgado, suave ou fortemente condimentado.

Pode ser servido ao pequeno-almoço, almoço ou jantar.

Mas que nunca falte o pão.

Mezze is a meal for sharing. It's a feast of small colourful and tasty dishes. It can be hot or cold, sweet or savoury, mild or highly spiced. It can be served for breakfast, lunch or dinner. But bread always has to be a part of it.



deva surpreender, uma vez que o pão, qualquer que seja o cereal de que é feito, representa a quintessência da alimentação humana, um elemento transversal às mais variadas culturas e tradições, e que congrega em si não apenas um valor nutricional, mas também um importante valor cultural e mesmo religioso. Inclusive, cozer pão em fornos comunitários tem sido utilizado, por exemplo na Suécia⁵, como forma de potenciar o encontro e a partilha entre pessoas de culturas distintas.

O pão sírio, chamado *khubz* e que agora é produzido no *Mezze* é muito diferente do pão que habitualmente se come em Portugal, pois exige técnicas muito específicas e uma espécie de forno convexo, o *saj*, difícil de encontrar em terras lusas. Aliás, nenhuma das receitas que se podem agora comer diariamente no *Mezze* eram populares ou sequer conhecidas em Portugal.

Identificada a lacuna no mercado lisboeta, e reunidas as pessoas que iriam impulsionar o *Mezze*, foi criada uma associação sem fins lucrativos, de nome adequado e simbólico - *Pão a Pão* - com o objetivo de integrar pessoas refugiadas através da formação profissional e da criação de empregos na área da restauração. Foi entretanto dada prioridade a dois grupos: as mulheres, que no seu país de origem são tradicionalmente donas de casa e que, apesar de terem muitas competências, normalmente não possuem qualificações institucionais; as pessoas jovens que, no decurso da guerra, viram os seus estudos interrompidos, e que precisam de apoio para alcançarem uma vida independente.

Num primeiro momento, em 2016, reunidas algumas pessoas que procuravam construir uma nova vida na cidade de acolhimento, com o apoio de uma comunidade envolvida na integração de refugiados, foram publicitados nas redes sociais jantares confecionados por um grupo sírio no Mercado de Santa Clara. Contou, a propósito, Francisca Gorjão Henriques ao jornal *Observador* em 2017: “dissemos no nosso Facebook que íamos fazer jantares de grupo para, no mínimo, 20 pessoas. Acabámos por não ter um único com menos de 100.” A eventos de apresenta-



ção deste projeto ainda embrionário de serviço de *catering*, seguir-se-iam jantares sempre com um enorme sucesso que apontavam para a viabilidade de outro desafio: a possibilidade de estas pessoas se juntarem num espaço com carácter mais permanente e de passarem a ter um emprego e um rendimento fixos.

Para isso, era preciso profissionalizar as pessoas, dar-lhes instrumentos que lhes permitissem trabalhar num restaurante em Lisboa, assegurando todas as regras de higiene e segurança exigidas por lei. Celebraram-se parcerias quer com o “Bairro do Avillez”, um complexo de vários estabelecimentos ligados à restauração do conhecido e premiado *chef* português, quer com a Escola de Hotelaria e Turismo de Lisboa. Seguiram-se formações e estágios, tendo-se pedido ao *chef* Luís Barradas para acompanhar a equipa de perto, supervisionando os trabalhos nos bastidores.

A formação na área da restauração, foi acompanhada da aprendizagem do português e procurou-se ter em conta os talentos, as inclinações e as preferências de cada pessoa. São as mulheres que cozinham, mas umas gostam mais de fazer doces, enquanto outras preferem confeccionar salgados. Os homens fazem pão, e aqueles que têm mais facilidade em falar português, servem à mesa.

Para o necessário capital de investimento, recorreu-se às potencialidades do mundo digital, tendo sido lançada nas redes sociais uma campanha de financiamento coletivo, vulgo *crowdfunding*, com algumas recompensas no domínio da atividade grupo: um frasco de húmus, uma refeição no restaurante cuja abertura se estava a apoiar; a participação num workshop de cozinha síria... O sucesso foi tal que o objetivo inicial foi ultrapassado. A população apoiou a ideia e as mensagens deixadas na plataforma de recolha de fundos PPL foram de esperança e de incentivo.

A pouco e pouco viriam a somar-se parcerias institucionais, de que se destacam a Câmara Municipal de Lisboa, o Alto Comissariado para as Migrações, a Plataforma de Apoio aos Refugiados, a Fundação EDP e o SPEAK- intercâmbio de línguas e de culturas, uma ONG que promove a democratização da aprendizagem de línguas e o diálogo intercultural. Figuras públicas como Catarina Furtado, embaixadora da Boa Vontade da ONU, deram também as mãos a este empreendimento que viria também a receber prémios como o Bootcamp de Empreendedorismo Social do IES, Social Business School em 2016, e um segundo lugar no concurso do DNA Cascais - Ideias e Negócios 2016 na categoria de Empreendedorismo Social. A par destas distinções, surgiram também convites para a partilha da ideia no Programa INOV, na Social Entrepreneurship Session, e no

Dialogue Café⁶, que decorreu na [Fundação Calouste Gulbenkian](#).

Assim, e com todos os ingredientes para ser um sucesso, o *Mezze* abriu em Setembro de 2017, em Arroios, o bairro mais multicultural de Lisboa. De salientar que não se trata apenas de mais um restaurante de cariz étnico, mas de todo um projeto de integração e de comensalidade. Com efeito, *Mezze* significa uma refeição constituída por pequenos e variados pratos para partilhar. O ideal da partilha é fundamental neste projeto; trata-se de partilhar não apenas comida ou sabores, mas também cultura, conhecimento, experiências, saberes, música, dança... A par da atividade na restauração, a *Pão a Pão* tem promovido vários workshops e tertúlias. Há, inclusive, aulas regulares de cozinha síria, onde se aprende a fazer algumas das receitas, como prolongamento formativo daquilo que é justamente servido no restaurante. Quem vai comer ao *Mezze* tem assim oportunidade de vir a participar de todo o processo de confeção daquilo que lhe é dado a saborear.

No final desses workshops de confeção de iguarias sírias, tem-se também a experiência culminante da comensalidade: toda a gente se senta à mesa comunitária e come o resultado do trabalho, num ambiente distendido, praticamente familiar, de convívio, de forma a que todos possam sentir-se em casa. O segredo, sublinham os mentores sírios, é que tudo se faz com amor: cada passo, cada gesto culinário – do cortar dos muitos ramos de salsa à incisão nas beringelas assadas, ou à mistura de todos ingredientes – tem de ser feito com muito cuidado, sem pressas e com muito empenho, sob pena de a comida não ficar saborosa.

Em torno do *Mezze* têm sido levadas a cabo outras atividades, como conversas sobre a integração de pessoas refugiadas; encontros musicados com Hugo Maia, o primeiro tradutor português a traduzir diretamente a partir do árabe *As Mil e Uma Noites*; sessões sobre feminismos no mundo árabe; as tradições e costumes na Síria; as experiências de infância de cada um, independentemente da origem cultural. Também estes encontros se têm revelado muito populares, comprovando assim aquele que é o propósito e convicção de Francisca Gorjão Henriques, a já antes citada co-mentora do projeto: no fundo, o *Mezze* é um [espaço de encontro de pessoas e culturas](#).

Além da população em geral, frequentadores habituais do restaurante e dos seus eventos, têm também marcado presença figuras públicas, algumas com



altas responsabilidades políticas no País, que quiseram conhecer de perto esta experiência de integração por via da alimentação. Aquando da sua visita, em Novembro de 2017, Dimitris Avramopoulos, então Comissário europeu responsável pelas migrações, assuntos internos e cidadania, foi muito claro no reconhecimento do carácter exemplar deste projeto, ao declarar: “Outros países deviam seguir-vos o exemplo.”

Em pouco mais de dois anos, o *Mezze* deu grandes passos no seu processo de afirmação e autonomia. Se, no início, a equipa síria ainda precisava de apoio constante na gestão do restaurante, hoje são já Rafat e Serenah, dois dos refugiados, quem o faz com muita independência. Desenvolveram também o serviço de *catering* e planeiam, em breve, um outro, de comida para fora. O modelo de negócio delineado pela *Pão a Pão* prevê a expansão da oferta de serviços, mas também a replicação do conceito em vários pontos do país, com vista a empregar mais refugiados e a espalhar este caso sírio de sucesso.

Confirmando o pendor multicultural de Arroios e a importância da proximidade e articulação entre atividades ligadas à alimentação, abriu bem perto do *Mezze*, a *Zaytouna* (palavra árabe donde deriva azeitona), uma mercearia de produtos do Médio Oriente, onde se pode encontrar ingredientes para confeccionar os pratos que são servidos no *Mezze*; muitas especiarias; o famoso sabonete artesanal de Aleppo, ou mesmo bules e copos tradicionais para o chá. Na *Zaytouna* trabalham dois jovens palestinianos que começaram por trabalhar no *Mezze* e que, apesar de terem formação noutra área completamente distinta (um deles em Produção de Cinema Documental e Fotografia), estão empenhados em continuar e expandir o negócio, logo que possam ultrapassar todos os entraves burocráticos.

Ninguém duvida que *Mezze* é um “caso sírio de sucesso”. Confirma-se assim em Portugal (de



momento, apenas Lisboa, mas com fortes probabilidades de ser expandido para outro(s) locais no país), aquilo que tem sido também testado com sucesso noutros países: a integração de migrantes e/ou refugiados por via de atividades ligadas à alimentação. Em França, por exemplo, destaca-se o caso de “[Les Cuistots Migrants](#)”, um projeto muito semelhante ao *Mezze*, se bem que não dedicado apenas à cozinha síria, e que envolve refugiados de outras origens, além de um grupo de franceses que, através do empreendedorismo de cariz social, estão empenhados em: 1) mudar o olhar sobre os refugiados; 2) integrá-los pelo emprego e 3) fazer emergir novas cozinhas do mundo, mais autênticas e variadas.

2.2. Outras iniciativas: do particular ao coletivo

Make Food Not War

Make Food Not War é uma ONG criada e sediada em Lisboa, com o objetivo de estimular o sentido de comunidade, reunindo pessoas migrantes ou refugiadas na confeção de refeições vegetarianas tradicionais dos seus países, tanto para lisboetas como para visitantes ou turistas de passagem pela capital portuguesa.

Marcada a data e encontrado o local, basta cada um inscrever-se no evento gastronómico que é servido em mesas alargadas e acompanhado de música tradicional do Médio Oriente, de África ou da América do Sul, de molde a promover a interação e o diálogo entre pessoas que, à partida, não se conhecem. Apesar das semelhanças com o Festival de Comida de Refugiados (*Refugee Food Festival*) que, desde 2016, se tem realizado em várias cidades europeias, além de Nova Iorque e Cidade do Cabo, existe nestes almoços ou jantares em Lisboa um amorismo de estrutura e um espírito de abrangência, a nível tanto do trabalho de bastidores – da divulgação à cozinha – como à mesa da refeição, que os tornam mais frágeis, no sentido de suscetíveis aos acasos, mas também mais regulares e autênticos. Basta pensar que, no *Refugee Food Festival*, são cozinheiros profissionais que, por convite, vão trabalhar na confeção de receitas dos seus países de origem, em conjunto com os *chefs* dos restaurantes aderentes.



O fundador do *Make Food Not War*, Paulo Alexandre Mascarenhas Álvares, contou-nos que uma das razões que o levaram a empenhar-se neste tipo de projeto tem a ver com a sua própria condição de filho de emigrantes de Goa, com passagem por Moçambique, ligados ao domínio da restauração, tendo ele próprio passado muito dos seus tempos livres, na juventude, a ajudar a mãe no restaurante da família. Ainda dessas experiências retém as memórias dos aromas e a azáfama da cozinha, bem como o gosto em servir os pratos que eram cozinhados com grande dedicação. Álvares Mascarenhas lembra-se de, em sua casa, ter havido sempre o cuidado de não desperdiçar alimentos e de recorrer-se à imaginação para reutilizar os restos das refeições que voltariam, depois e de novo, à mesa, aproveitados em novos cozinhados, para delícia de toda a família. Essas memórias, associadas a uma formação académica em Ciências Políticas e Relações Internacionais, criaram-lhe uma forte consciência social que, agora, procura aplicar na dinamização de refeições comunitárias com chefes amadores de origens diversas.

Em conjunto com a *Associação Crescer*⁷, Álvares Magalhães organizou, em 2016, um concurso do género *Masterchef* para pessoas refugiadas do Médio Oriente que teve lugar na *Cozinha Popular da Mouraria*. Este, que é um espaço de experiências comunitárias em torno da diversidade gastronómica, está instalado desde 2012 num bairro histórico de Lisboa, também ele de forte implantação multicultural⁸. Desse *casting* gastronómico sairia o primeiro grupo que confecionou e serviu um almoço de cozinha pluriétnica, com uma elevada adesão de comensais.

Desde então, já vários almoços ou jantares foram organizados por diferentes equipas para assim dar oportunidade ao maior número de pessoas de alargar a sua rede de contactos. Estas refeições-convívio proporcionam o encontro de culturas, além de promoverem um trabalho e um rendimento pontuais, já que o respetivo lucro é partilhado pelas pessoas que participam na sua confeção. Entretanto, procura-se criar outras formas de (re)conhecimento entre as pessoas envolvidas, e até porventura oportunidades de outros trabalhos. Assim, aqueles que cozinham são encorajados a não ficarem escondidos ou limitados aos tachos e às panelas; todos são encorajados a sair da cozinha e a conversar com os comensais. Destas interações têm já surgido empregos para os/as imigrantes envolvidos/as, o que corresponde a um dos objetivos últimos da *Make Food Not*

War, enquanto promotora de contactos e alianças que facilitem a integração das pessoas que foram obrigadas a deslocar-se das suas terras de origem e que acabaram por aportar na capital portuguesa.

Embora seja um projeto integralmente gerido por ativistas sociais, sem quaisquer apoios institucionais. *Make Food Not War* teve já a visita do Presidente da República que participou num dos almoços promovidos pela associação,



Ilustração por Cláudia Pinhão

ajudando-lhe a dar uma maior visibilidade. Os comensais sabem de antemão que não só estão a contribuir para um projeto social que vive do autofinanciamento, como estão a tomar contacto com uma cultura estrangeira, não por via geral ou abstrata, mas através de alguns dos seus agentes concretos que, a pretexto de sabores, cheiros e sons, também têm oportunidade de se apresentar com as suas memórias das origens e as suas histórias de migração e exílio.

Os diferentes eventos gastronómico-musicais da *Make Food Not War* são normalmente divulgados através das redes sociais. Depois da participação de mulheres e homens, da Síria, Palestina, do Iraque e da Eritreia, que deram a conhecer pratos das respetivas cozinhas, tem sido dado ultimamente destaque à cozinha da América Sul, tendo-se or-

ganizado ao longo de 2019, jantares e workshops em torno da Venezuela, que vão ao encontro do aumento recente e exponencial de migrantes oriundos ou regressados daquele país.

Tayybeh: da Engenharia à Culinária

Se bem que integre as plataformas digitais dos espaços de restauração e que seja um dos 14 restaurantes que, recentemente, surgiam anunciados na imprensa como sendo aqueles que “nos trazem os sabores do Médio Oriente, em pratos quase para partilhar”, o *Tayybeh* não é apenas um restaurante; é acima de tudo o resultado do projeto de vida de um casal de refugiados sírios, Ramia e Alan, com formação em Engenharia Informática. Obrigados a abandonar o seu país em guerra, viram-se um dia em Lisboa como refugiados e com a necessidade de recomeçar a vida do zero.

Em Setembro de 2017 foram convidados para participar no “Festival Todos”, organizado pela Câmara Municipal de Lisboa e que visa promover o diálogo entre culturas. O seu trabalho seria cozinhar pratos tradicionais sírios; o sucesso foi tanto que, ao longos dos dias do festival, tiveram de preparar sempre mais comida e acabava sempre por esgotar. Viram nesta experiência uma oportunidade de negócio, e acabaram por criar uma empresa de serviço de *catering* para almoços, jantares e cocktails em eventos a pedido de várias instituições como ISCTE, o Goethe Institut, a Faculdade de Direito da Universidade Nova de Lisboa ou da Câmara Municipal de Lisboa. A empresa dedicar-se-ia também a preparar comida para festas de casamentos, para *take away*, bem como a organizar formações em culinária oriental.



No início de 2019, a abertura de um restaurante próprio, na Estrada de Moscavide, veio representar para ambos uma nova etapa na sua integração e perseverança na luta constante, designadamente contra a burocracia que condiciona os migrantes ou refugiados. Mas veio também significar a regularidade no modo de subsistência para as outras mulheres sírias que trabalham diretamente na cozinha, e que assim conseguem ganhar a vida, trabalhando juntas e a fazer aquilo que faz parte dos seus conhecimentos mais entranhados. Para todos, o restaurante representa um elo de ligação entre o seu passado e a sua situação atual.

O *Tayybeh* tem coladas nas suas paredes as memórias pessoais dos seus proprietários, designadamente uma tela que representa a casa da avó de Alan Ghunim, e que o próprio refere como matriz das suas memórias culinárias. Também outras telas e objetos remetem para a sua cultura de origem; nota-se contudo que não estão ali apenas como um elemento de decoração; integram-se num ambiente de acolhimento, de enquadramento de vidas concretas, com cheiros, paladares, músicas e histórias que nos remetem para lugares que, sendo distantes, parece que se tornam próximos. Depois de experiências sujeitas à dispersão das solicitações, o *Tayybeh* representa agora uma espécie de porto seguro, onde se servem iguarias sírias variadas e se mantém a tradição do ritual de café de Damasco. Esse café que borbulha num recipiente de areia a ferver, tarefa a que Alan se dedica com especial orgulho, funciona como selo de garantia final do pacto intercultural que se estabelece entre aqueles que prepararam a refeição e aqueles que a ingeriram.

Uma das frases em árabe que Ramia e Alan fizeram questão de colocar na parede do restaurante diz: “somos julgados pela esperança”, o que traduz bem aquilo que, no fundo, está em jogo neste projeto de refugiados: a vontade de reconstruir em Lisboa um espaço de acolhimento, uma mesa de partilha, o centro da casa perdida na sua terra natal. Mas, entretanto, à entrada do *Tayybeh*,



encontra-se também uma imagem com um elétrico de Lisboa, além de outras referências à cultura portuguesa, o que também deixa adivinhar que esta “sala de jantar” de cultura síria, em vez de ser um espaço complementar à parte, um refúgio ou uma espécie de gueto na paisagem lisboeta, pretende ser visto como um lugar de acolhimento e de diálogo com a própria cidade e seus referenciais.

Lara's Kitchen : da Literatura à Culinária

A história de Lara Alhalabi não é diferente de muitas outras histórias de refugiados. Tentou escapar várias vezes do descalabro na Síria, mas só à oitava vez conseguiu alcançar a Turquia a pé, sozinha, e ainda sem ter chegado à idade dita adulta. Foi então transferida para um campo de refugiados na Grécia onde conheceu o marido, Khaled.

Lara não escolheu Portugal quando foi obrigada a decidir para que país europeu gostaria de ir, mas Portugal escolheu-a a ela. Ao abrigo do Conselho Português dos Refugiados, Lara e Khaled chegaram a Lisboa em 2017. Apesar dos apoios que receberam, sentiram-se sós e esquecidos durante meses. Queriam trabalhar, dar sentido às suas vidas, telefonavam e perguntavam, mas poucas respostas obtinham. Inscreveram-se em cursos que, ou não eram apropriados, ou não tinham o acompanhamento esperado. Khaled encontrou um emprego num *call centre* e Lara, vendo que não iria ter apoio num curso de empreendedorismo, lançou-se, sozinha e com apenas vinte e um anos de idade, na criação de uma empresa de catering.

Assim, desde Fevereiro de 2019, Lara faz comida síria tradicional para fora, com o que participa na precária economia familiar. Um recurso que se tem tornado muito habitual entre refugiados, designadamente sírios, em vários locais da Europa, que aproveitam as redes sociais como modo de divulgação, de criação de contactos e de captação direta de clientes.

A culinária, como nos disse Lara com um sorriso, é uma paixão antiga e o saber vem-lhe da família que ainda está na Síria. Os estudos em Literatura Inglesa que tinha iniciado na Universidade de Damasco foram interrompidos e, apesar de poder dar aulas de inglês ou de árabe, decidiu dedicar-se a cozinhar para quem lhe fizer encomendas. O seu objetivo é aproveitar todas as suas capacidades e talentos para singrar.

Como projeto individual que é, o *Lara's Kitchen* implica algum risco financeiro e, sobretudo, envolve insegurança, já que há ocasiões em que quase não recebe encomendas, enquanto noutras tem muito trabalho, sendo obrigada a fazê-lo todo sozinha. Têm-lhes valido pessoas amigas, designadamente da comunidade de migrantes brasileiros, que os ajudaram a mobilar a casa e que lhes deram apoio.

Do testemunho de Lara ficou-nos a sua juventude e perseverança. Reconheceu gostar de viver em Portugal, apesar das constantes barreiras burocráticas, e continua a frequentar um curso de Português para aperfeiçoar a língua e tornar-se numa cidadã ainda mais participativa e independente. Quanto à atividade que foi levada a abraçar para sustento familiar, diz que se sente realizada por poder partilhar a comida que faz com o coração, com amor, uma ideia reiterada por todas as pessoas com quem falámos sobre o modo como encaravam a sua relação com a preparação das refeições. O facto de Lara nos ter convidado a provar da sua comida síria diz o quanto a comida está para si intrinsecamente ligada ao acolhimento e à hospitalidade, mesmo que, à partida, se pudesse pensar que uma refugiada é aquela que é acolhida, não a que acolhe...



3. Mesas inclusivas e sociedades interculturais

Lugar de trabalho, lugar de refeição, lugar de encontro e celebração de memórias, a mesa dá forma ao espaço de uma reunião, fomenta a partilha e promove o convívio entre as pessoas.

Debruçando-nos aqui sobre alimentação e migrações, começámos por transferir para a(s) mesa(s) – a condição dos próprios migrantes, de molde a sublinhar que esse objeto, simultaneamente real e simbólico, absorve também os trânsitos e as transferências que sobre ele têm lugar. Não existe apenas a circunstância prévia de haver migrantes à mesa, mas tudo aquilo que gira à volta da mesa é afetado pelas migrações.

Mais ainda, quisemos salientar que o espaço social da alimentação não deve ser categorizado em função de identidades étnicas e culturais entendidas como isoladas, exclusivas e imutáveis. Por isso mesmo, não falámos de “cozinhas do mundo”, de restaurantes étnicos ou de “praças de alimentação”, com uma série de balcões de amostras gastronómicas, mais ou menos exóticas. É verdade que por essas realidades e manifestações tem passado muito da abertura a outros paladares. Simplesmente, a comida, nesses casos, é encarada sobretudo como um produto comercial – seja por quem a idealiza ou confeciona, seja por quem a consome. Mesmo quando se trata de “comida estrangeira”, preparada com produtos que extravasam das tradições culinárias locais, raramente se tem em conta o facto de se estar a absorver o resultado de histórias de migração de pessoas e/ou produtos alimentares.

Já os projetos de inclusão de migrantes, que aqui brevemente apresentámos, funcionam de modo distinto, porque exponenciam o potencial de comunicação intercultural que existe na comensalidade. É nesse sentido que dizemos estar

perante “mesas migrantes”, inseridas em verdadeiros exemplos de “empresas de comunidade”, uma vez que facilitam a integração social de migrantes e refugiados, promovem a sua auto-estima, providenciam meios de subsistência, além de potenciarem transferências bilaterais e multilaterais entre as pessoas. Com efeito, se é verdade que recebemos outras tradições alimentares que, mais cedo ou mais tarde, acabam por alterar os nossos hábitos, também os exilientes, mais cedo ou mais tarde, acabam por modificar os seus, além de contribuírem para algumas mudanças alimentares nas suas comunidades de origem.

Enquanto uns preparam os alimentos, outros – quando não também os mesmos – ingerem-nos. Aquém e além da troca comercial, existem nessa transferência vários actos de dom e de entrega que abrangem ambos os lados. Quem prepara, emprega o seu tempo, o seu saber e o seu sabor para que outros os incorporem, literalmente, havendo nisso um gesto fundamental de confiança de que dependem, por sua vez, a sobrevivência e a satisfação.

Valerá a pena lembrar que as pessoas não são aquilo que comem apenas porque lhes aconteceu nascer e crescer num determinado lugar, numa determinada comunidade com determinados hábitos culturais e alimentares, mas também porque a sua identidade vai sendo afirmada, inclusive pelas escolhas a nível alimentar.



A alimentação entre migrantes (e com migrantes) faz parte de um projeto de alimentopia, na justa medida em que se entende que uma alimentação saudável não tem apenas a ver com quantidade e qualidade dos nutrientes; pressupõe ainda ambientes de abertura e de equilíbrio, onde aquilo que se ingere e o modo como é feito contempla o lastro simbólico desses gestos.

Donde se pode concluir que quem opta por sentar-se a uma “mesa migrante”, intrinsecamente inclusiva e intercultural, está a participar numa dinâmica comunitária fundada no reconhecimento recíproco. Pode parecer que está “apenas” a comer algo que lhe é à partida estranho, mas na realidade está a contribuir para uma utopia, ou seja, para uma revolução silenciosa que consiste em imaginar uma mesa com todos, e para todos.

Bibliografia

- AAVV (2017), *Food & Migration Understanding the geopolitical nexus in the Euro-Mediterranean*, Barilla Center for Food and Nutrition [available on <https://www.barillacfn.com/m/publications/food-and-migration.pdf>]
- BAROU, Jacques (2010), “Alimentation et migration : une relation révélatrice”, *Hommes et migrations* [En ligne], 1283. mis en ligne le 29 mai 2013, consulté le 30 septembre 2016. URL : <http://hommesmigrations.revues.org/980> ; doi : 10.4000/hommesmigrations.980
- BECK, U., BECK-GERNSHEIM, E. (2004) - *Der kosmopolitische Blick oder*, Frankfurt a.M. Suhrkamp, Krieg in Frieden.
- CERTEAU, Michel de (1980), *L'invention du quotidien*. Vol 1 - Arts du faire, Paris, Folio/Essais.
- CERTEAU, Michel, Giard Luce, Mayol, Pierre (1990). *L'invention du quotidien*. Vol 2. Habiter, Cuisiner, Paris, Folio/Essais.
- CORVO, P. (2015), *Food Culture, Consumption and Society*. Palgrave Macmillan, London.
- HOLTZMAN, Jon D. (2016), “Food and Memory”, in *The Annual Review of Anthropology*, 35, pp. 361-378. doi: 10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220
- LIMA, Romilda de Sousa; NETO, José Ambrósio Ferreira; FARIAS, Rita de Cássia Pereira (2015) , “Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade” in *Demetra*, nº10(3), pp. 507-522.
- MARTINS, Maria Do Céu Antunes (2016), *Alimentação e identidade em contexto migratório: Práticas e representações*. Um estudo de caso no distrito de Castelo Branco, Lisboa, Chiado Editora.
- MONGINHO, Julieta (2017), *Um Muro no Meio do Caminho*, Lisboa, Porto Editora.
- NOUSS, Alexis (2016), *Pensar o exílio e a migração hoje*, Tradução de Ana Paula Coutinho, Porto, Edições Afrontamento e Instituto de Literatura Comparada Margarida Losa.
- PINÇONNAT, Crystel (2010), “ La cuisine, un lieu et ses pratiques. De la tradition à la transgression”, *Revue de littérature comparée* 2010/3 (n° 335), p. 305-318.

- POULAIN, Jean-Pierre; PROENÇA, Rossana (2003), “O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares”, *Revista de Nutrição*, Campinas, 16(3), pp.245-256.
- WOORTMANN, K. (2006), “O sentido simbólico das práticas alimentares”, in ARAÚJO, W.; TENSER, C. (Org.), *Gastronomia, cortes e recortes*. Brasília: Editora SENAC, 2006.
- WOORTMANN, Ellen F. (2013), “A Comida como linguagem”, *Habitus*, Goiânia, V. 11. N.1, pp. 5-17. Jan-Jun.

Notas

1. Projeto científico sediado em duas Unidades de Investigação (ILCML e CETAPS) e financiado pela FCT/COMPETE (PTDC/CPC-ELT/5676/2014).
2. Em Portugal, chamamos a atenção para a investigação de doutoramento em Sociologia de Maria do Céu Antunes Martins, sobre alimentação e identidade em contexto migratório, a partir de um estudo de caso no distrito de Castelo Branco, envolvendo imigrantes brasileiros, indianos e ucranianos (Martins 2016).
3. A saber: 1- espaço do comestível; 2- sistema alimentar ; 3- espaço do culinário; 4- espaço dos hábitos de consumo; 5- a temporalidade alimentar e 6- espaço da diferenciação social.
4. De acordo com os dados da plataforma do [Conselho Português Para os Refugiados](#) (CPR), entraram em Portugal mais de cinco centenas de pedidos de asilo de refugiados sírios.
5. *Vd.* o projeto “Pão em Bergslagen” que passou também pelo restauro de vários fornos a lenha antigos e que passaram a ser lugar de encontro entre suecos e estrangeiros, uma vez por semana, para aí cozerem o pão. *Vd.* “Cuire le pain ensemble et partager des expériences en Suède”, in [Le Fonds Européen Agricole pour le Développement Rural – Intégration des Migrants et des Réfugiés](#)
5. O [Dialogue Café](#) é uma iniciativa global sem fins lucrativos que permite conversas frente-a-frente entre grupos diversos de pessoas de todos os pontos do mundo para que possam partilhar experiências, aprender umas com as outras e trabalhar juntas para um mundo melhor. Este é a primeira rede mundial de vídeo-conferências públicas dirigida à sociedade civil – para organizações sociais, educativas ou culturais. Estas incluem fundações, associações, ONGs, grupos comunitários, universidades, escolas, empresas sociais, agências do sector público.
6. A Associação Crescer dinamiza o [Mahraba – o Médio Oriente à Mesa](#), um serviço de *catering* que visa integrar através da capacitação e formação de requerentes de asilo em Lisboa.
7. *Vd.* Alexandra Prado Coelho, [“Na Cozinha Popular, todos comem e todos cozinham”](#), Público, 24 de Março de 2014.



Migrant Tables: Utopian Foodways Projects

Ana Paula Coutinho
& Marta Correia

Título: Mesas Migrantes: Projetos de Alimentopia

Autor: Ana Paula Coutinho & Marta Correia

Coordenação Série Alimentopia: Fátima Vieira

Coleção Transversal – Série Alimentopia, n.º 11

1.ª Edição, Porto, novembro 2019

© U.Porto Press

Universidade do Porto

Praça Gomes Teixeira

4099-002 Porto

<http://up.pt/press>

Design: Miguel Praça

Formato: Digital

eISBN: 978-989-746-241-2

Depósito Legal: N. DL: 465716/19

Table of Contents

1. Food and Migrations	8
2. Integration Through Food	17
2.1 <i>Mezze</i> : A Syrious Case of Success	17
2.2 Other Integration Projects	23
3. Inclusive Tables and Intercultural Societies	29

Série Alimentopia

Societies evolve towards the questions they ask. The ALIMENTOPIA project was built upon a set of questions that call for both a critical approach to societies and the imagination of the way these may evolve, from the point of view of food. The Série ALIMENTOPIA, published by U.Porto Press as part of Coleção Transversal, aims to contribute to the creation of a history of literature and culture focused on how societies produce, distribute and prepare food, taking into account, for the critical reflection on the present and the future, indicators of inclusion, development, and sustainability, at different levels.

The Project ALIMENTOPIA / Utopia, Food and Future: Utopian Thinking and the Construction of Inclusive Societies – A Contribution of the Humanities, funded by National Funds through the FCT - Foundation for Science and Technology, and by FEDER Funds through the Operational Programme: Competitiveness Factors – COMPETE 2020 (PTDC/CPC-ELT/5676/2014 | POCI-01-0145-FEDER-016680), brought together 27 researchers from different fields of knowledge (Literature, Culture, Philosophy, Anthropology, Linguistics, Nutrition Sciences, and Psychiatry) who invested in a multidisciplinary study that proved the relevance of the intersection of the field of Utopian Studies with the field of Food Studies.

You ask: What does “refugee” mean?

You will be told: It’s the one who is
uprooted from their homeland.

You ask: What does “homeland” mean?

You will be told: The house, the mulberry
tree, the chicken coop, the smell of bread...

Mahmoud Darwich

1. Food and Migrations

As researchers in the Alimentopia/Utopian Foodways project¹, which has as its main objective a multi-disciplinary approach to food production and consumption through utopian, holistic and prospective thinking, our specific emphasis concerns food and migrations. This is a “revealing relationship” (Barou 2010) that has been recognised and valued as seen in the *Dictionnaire des Cultures Alimentaires* (2012) coordinated by Jean-Pierre Poulain, which dedicates articles to “Migration” and “Nutritional transition and migration.” Also, the [European Foundation Center](#) in Brussels incorporates a network of topics linked to Diversity, Migration and Integration and hosts a [food and migration watchdog](#), where the [Barilla Center for Food & Nutrition Foundation](#) is included. The perspective chosen for our research precedes the Alimentopia: Utopian Foodways project, since we have both previously focused on representations of migration and war, often intertwined. Connecting food and migration was a natural and obvious choice for us as there are numerous and varied links between these two worlds. Some of these connections have been analysed by Sociology, Anthropology or even Medical Sciences², although it is not common to see work oriented towards the role of food in the sociocultural integration of migrants. In other words, we must reflect on the problems and challenges interculturality linked to food poses, as thought and practice of everyday life (re)invention, to quote Michel de Certeau’s (1980, 1990) seminal work.

Although the term “migrants” is widespread, the truth is it refers to a displacement – going from a place/country/region to another. Once in the other place, the individual is essentially displaced, that is, the one that is out of their place of origin, which is what we want our object of study to be: the food of

those out of their place of origin. We refer, thus, more precisely to “exilience”, a notion that invokes a common existential condition to all who are displaced, regardless of the reasons for their migration or their official status (Nous 2016).

We would also like to note that this *ebook* is directed at a wide and diverse public and its aim is to point out aspects that arise when we deal with food in a migration context and focus on the changes of a given sociocultural setting. We do not want to simplify any issues, nor is it our ambition to present a comprehensive analysis of the topic. Although we refer to bibliography and experiences abroad, we assume, as one of our main goals, that we want to show instances of integration of refugees, asylum seekers, migrants, displaced people through activities related to food in Portugal. The approach used is of a comparative nature, which presupposes the critical reflection about a global issue, which is cross referenced with its local manifestations. In this particular case, this procedure becomes obvious since it is the dynamic that food establishes that leads to this type of glocalisation, with the transit of people and goods, as well as the fusions and transformations observed.

Throughout history, food insecurity, scarcity or even hunger, either created by environmental issues or conflict, has been one of the main reasons why individuals or whole communities have been forced to migrate. On the other hand, the commercial routes of foodstuffs, workers transit, and even human trafficking within the food industry, as well as the number of immi-



grants working or investing in the food sector are all evidence of the strong connection between food and migration.

Each migrant carries within themselves memories and eating habits, if not in bags or suitcases, in personal experiences; baggage invisible to others but that represents a legacy of sensations and signifiers. To the anthropologist, Jon D. Holtzman food, besides representing a place of memory that permeates both private and public spheres, allows us to attain ways of memory that are more “ambivalent, juxtaposed and texturised” (Holtzman 2006: 373-374).

Therefore, we could assert that “eating habits are texts” (Woortmann 2006: 32) to be interpreted and/or rewritten. Feeding ourselves means much more than an act of survival or a conscious nutritional choice; it is, above all, a symbolic behaviour that reveals social and cultural influences from everyday life. There are authors who even distinguish between “ingredient”, which is simply a nutritional element and “food”, which they refer as belonging to the domain of social and cultural representations (Lima *et al.*, 2015: 511). It is those representations that make food part of feelings of identity and belonging, both individually and collectively. Within these representations lies the possibility of establishing a distinction between “me” and “you, or “us” and “them”, as places of enunciation

that frame the relationship between natives and foreigners.

Eating habits pass on from generation to generation through “symbolic family reproduction” (Woortmann 2013: 5), and cultural or religious tradition. They represent what each migrant misses and what gives them the feeling of connection to their geographical origins and cultural or religious community.

Pleasure from eating a certain ingredient or a culinary ritual is usually the norm within a migrant community, although numerous other factors interfere with this dynamic, such as age, class, education or religion. In ef-



fect, food and its preparation constitute one of the practices that are part of the *habitus* (Bourdieu), determined by beliefs and social agents. Sociologists, anthropologists and nutritionists systematically analyse the effects of all those variants beyond general ideas or even stereotypes of regions and countries. As researchers in literary and cultural studies, our approach must be focused on the powerful and complex signifier food represents, as well as its role in the individual or the community's identity.

Anthropology has taught us, since the widely known studies of Claude Lévi-Strauss, that the way humans relate to food and language is similar; they both develop in a natural and cultural way. Individuals start relating to their family and ethnic group, whose identity is greatly defined by the food it consumes and more specific dishes made for celebrations or religious occasions. In the case of migrants, they relate to their original group of reference, but also to other groups in the host community. This interaction will depend on processes of adoption of, or adaptation to, different habits, which constitute what Beck (2004) defined as “cosmopolination”, which affects migrants as well as natives.

Even though there are cases of openness to diversity, contact with different eating habits could result in suspicion and rejection mainly due to deeply rooted religious and cultural beliefs, perceived as unequivocal identity markers. These behaviours should not be taken for either protectionist isolation or resistance to the homogenous sameness globalisation can cause, revealed in the revival of certain atmospheres and traditions.

In today's Europe and beyond one of the greatest challenges posed is to not only turn food into a business, but also a tool for inclusion and social integration. Inclusion involves an addition or juxtaposition without taking any specific aspects into account. Integration, on the other hand, implies reciprocity between the parties. It is through bilateral or multilateral processes of negotiation



that attitudes of acceptance and wider feelings of belonging develop, which are fundamental for the balanced coexistence of diverse people.

With this in mind, Italian researchers of various backgrounds published *Food & Migration. Understanding the Geopolitical Nexus in the Euro-Mediterranean* (2017). The aim of the analysis of food and migration in this case was twofold. On the one hand, they aimed at integrating nutrition and health and safety regulations in the discussion of the factors that promote migration. On the other hand, they present a programme of cultural changes introduced by migration in the host countries (*op. cit.*: 3-4).



Our objectives are necessarily more restricted, but we share the same ultimate aim: to show cultural change through food triggered by migration, pointing out aspects that are not of loss, but instead opportunities for encounters and renovation for all, natives and migrants, established communities or outsiders. We found projects that involved refugees from mainly Syria, a country affected by an armed conflict since 2011 that has caused hundreds of thousands of deaths, but also displaced millions of people looking for shelter in neighbouring countries, Europe and the rest of the world. It is not obvious or easy to speak about food with people, who have just been through an ordeal of having to flee their homes and live in refugee camps, true “states of exception” in the agambian

sense of the phrase, where there are only two objectives: to survive and to leave.

Media reports of the so-called “refugee crisis” have shown what testimonies of volunteers confirm: the inhumane conditions in which people have to live, overcrowded camps in Libya, Jordan, Turkey, Iraq, the Greek islands like Samos or Lesbos, where the biggest refugee camp in Europe is.

The dislocation process to Portugal was never mentioned with the people we met, although we are aware that we must bear it in mind. It is always a long and draining path from the countries of origin to the settlement in the host country, involving trauma, feelings of helplessness for the migrants but also the professionals and volunteer workers involved.

We interviewed Portuguese award-winning author, Julieta Monginho to inquire about these matters. Her experience as a volunteer in a refugee camp in Chios, Greece was the basis of her most recent book *Um Muro no Meio do Caminho* [*A Wall in the Way*] (2017). The novel is a hybrid and polyphonic narrative, a result of the extreme experience she endured. It is certainly not surprising there are few references to food and drink in the book. Monginho confirmed the information we had from other sources: refugees cannot cook their own meals and are fed by the authorities or volunteers. All without exception refer to the scarcity of food and the fact that it is often past its use by date. If asked, people would certainly point out that they miss familiar ingredients and the possibility of cooking and sharing them according to their cultural habits. Aware of the negative impact of these factors, and in an attempt to fight waste in the distribution of food, Turkey started a programme in 2012 that allowed Syrian refugees to buy their own food with an electronic card in some local shops and supermarkets (AAVV 2017: 97). Families were thus allowed to choose the ingredients that suited their tastes and needs, according to their cultural or religious habits. This led families to resume some everyday practices by cooking their meals, claiming back the symbolic and communicative dimension of food and the links to their origins and memories. Refugees and asylum seekers living in camps are subjected to great tensions and prone to depression; eating food that they are culturally connected to can contribute to some feelings of comfort, thus alleviating stress in the midst of an atmosphere of uncertainty and anxiety.

In a different context, we also heard testimonies of migrants in the city of Porto gathered informally around a table on a Saturday morning. We called it “Utopian Foodways Workshop”. We started by presenting our project so as to make clear the frame of our activity, as well as the reasoning for the questions that had already been sent to the participants and that would be the focus of our meeting.

We adapted the utopian questions that were the basis for the research within the “Alimentopia: Utopian Foodways” context. They are very practical questions aimed at finding direct information with wider implications that Jean-Pierre Poulain identified in what he called “food social space” (2003)³:

1. What do you eat and drink?
2. Have you changed your eating habits since you came to Portugal? Why?
3. Are there any banned food products? Which?
4. Where do meals take place (home, restaurants, communities, canteens, etc.)?
5. Who do you share meals with (family, friends, colleagues, etc.)? Is there any ritual when preparing or eating meals?
6. Who prepares the meals?
7. Who serves the meals?
8. Who cleans up the table, does the dishes and cleans the kitchen?
9. What happens to the leftovers? Do you throw them away?
10. In terms of food what do you miss the most?
11. Have you ever worked in the food industry?
12. Do you know any book, proverb, song, tale that is connected to your eating habits?

It would be totally inappropriate for us to conclude universal and definitive truths from such a small sample. However, it is relevant that we managed to confirm the identity marker dimension of food with a variety of people from different origins, education and social background. Migrants from China, East Timor, Brazil, Russia and Mo-



rocco declared how food and food habits are part of their identity, but also how they have integrated habits from their host country in their own.



Despite the limitations of daily life, the lack of a strict family framing and even the difficulty or impossibility of finding some ingredients, all participants showed the will and determination to maintain some eating habits from their countries of origin. They recognised the advantage of having access to less common ingredients in specific shops or big supermarkets. The increase of ethnic restaurants was noted, although it is often a “translated” cuisine adapted to Portuguese or more international palates. It was also pointed out that migration can have an influence on gender roles, especially when men migrate alone and have to perform tasks that are not traditionally male in their countries of origin.

We would finally like to remark that food, as an important feature of human identity, has been the focus of numerous artistic manifestations. We do not intend to provide a comprehensive list, but simply name a few instances that reinvent a “food social space” in a cultural and intercultural perspective.

Literature has recently witnessed an interest in food which is certainly connected to the fashionable passion for “gourmet” experiences, world cuisines and cooking contests. In these cases food is seen more like a practical illustration or culinary pedagogy during journeys in search of traditions, cultural origins or more or less exotic atmospheres. Nonetheless, we are more interested in naming works of literature and cinema which connect the world of migration and food by introducing into their plots elements of nostalgia, of flavours and rituals, which involve migrants and their families in a narrative of personal and collective memory lived through food.



One of the most recent instances is *The Hundred-Foot Journey* (2014) by the Swedish director Lasse Hallström. The film *The Mistress of Spices* (2005) directed by Paul Mayeda Berges is based on the novel by Chitra Banerjee Divakaruni, an Indian author. French-Tunisian director Abdellatif Kechiche made *La graine et le mulet* [The secret of the grain] in 2007 which revolves around the opening of an Arabic restaurant on the Mediterranean French coast. It focuses on the preparation of couscous as a metaphor for a whole tradition of habits and commensality. *Der Koch* [The chef] (2010), by Swiss writer Martin Suter tells the story of a refugee from Sri Lanka in Switzerland. After having been fired from a restaurant where he works, the main character opens a delivery service of aphrodisiac meals. The author describes the cooking processes exquisitely at the same time that he highlights the tension between tradition and modernity that the young chef faces.

Above all, we must mention *Babette's Feast* (1987), a film directed by Gabriel Axel based on the short story by Karen Blixen. The plot takes us back to the 19th century where a refugee of the Paris Commune bloodshed arrives in a small village in Denmark. She will work as a cook for two middle-aged women, daughters of the local Protestant pastor. Babette's feast that takes place after she won the lottery will discretely revolutionise life in that remote place, freeing the natives who perceive food, personal relationships and life in general in an extremely austere manner, with no hint of pleasure or sensuality. The French cook will make them rethink the deepest social meaning of commensality with that ultimate aesthetic evidence, turning it into a true communion, both sacred and secular.



2. Integration Through Food

2.1. *Mezze*: “a syrious case of success”

“A syrious case of success” – this is how Miguel Somsen described *Mezze* in Lisbon, a restaurant made possible by an NGO, *Pão a Pão* in partnership with a group of displaced people. Having escaped the war in Syria and arrived in Lisbon under the protection of the UNHCR, the United Nations Refugee Agency, these people found themselves in a foreign country without speaking the language and facing a bleak future, without any prospects for fulfilled lives. The paths of these women, children and youngsters, some from the same family, all telling similar stories of loss and interrupted lives, crossed with other people’s paths, people with ideas and ideals, and together they became the protagonists of a perfect integration project.



Alaa Alhariri, settled in Lisbon with the support of the Global Platform for Syrian Students to study Architecture. She met various people angry at the conditions to which people escaping from armed conflicts are submitted to, having seen how they arrive in Europe in their thousands, helpless⁴. Alaa met Francisca Gorjão Rodrigues, Rita Melo and Nuno Mesquita and told them what she misses the most is bread. Not a surprising comment since bread, no matter what cereal it is made of, represents the quintessential human food, common to the most diverse traditions, which assumes an important cultural and even religious role. In Sweden, for example, baking bread in communal stoves, has been a way to bring diverse communities together.

Ahlan w sahan bikom

Ahlan w sahan bikom. Bem vindos ao Mezze, um restaurante de cozinha do Médio Oriente. O que levamos para a mesa não são apenas pratos deliciosos, preparados por mãos com muitas histórias. Levamos também inclusão, solidariedade e tolerância. Este é um projecto criado para dar formação e emprego a refugiados do Médio Oriente, aproveitando o muito que têm para dar. Agora é sentar e deixar a comida falar por si.

Ahlan w sahan bikom. Welcome to Mezze, a Middle Eastern cuisine restaurant. What we bring to the table aren't just delicious dishes, prepared by hands carrying many stories. We also bring inclusion, solidarity and tolerance. This is a project created to provide training and employment to Middle Eastern refugees, making the most of everything they have to offer. Now sit back and let the food speak for itself.



Mezze é uma refeição de partilha. Uma festa de pequenos pratos coloridos e apetitosos.

Pode ser quente ou frio, doce ou salgado, suave ou fortemente condimentado.

Pode ser servido ao pequeno-almoço, almoço ou jantar.

Mas que nunca falte o pão.

Mezze is a meal for sharing. It's a feast of small colourful and tasty dishes. It can be hot or cold, sweet or savoury, mild or highly spiced. It can be served for breakfast, lunch or dinner. But bread always has to be a part of it.



Syrian bread, *khubz*, which is now made in *Mezze* is very different from Portuguese bread as it requires very specific techniques and also a *saj*, a type of convex oven, not easily found in this country. In fact, none of the recipes that can now be enjoyed daily in *Mezze* were popular, or even known in Portugal.

The people who were to start *Mezze* had met, and established a gap in the Lisbon market. They had also found the name for the NGO, *Pão a Pão* [Bread by Bread], a project of social entrepreneurship which aims to integrate refugees through professional training and the creation of jobs in a restaurant. Priority was given to two groups: women, who in their country of origin are generally housewives and therefore have many skills, but not formal qualifications, and young people who had their studies interrupted in the war and need more support to attain an independent life.

In 2016, having gathered a group of people determined to build a life in the host country, and a community involved in their integration, they set up a *Facebook* page and announced dinners that would be made by a Syrian group in Mercado de Santa Clara. Francisca told a [Portuguese Newspaper](#) in 2017: “We said on social media that we were going to have dinners for a minimum of 20 people. In the end, we had no dinner with fewer than 100 people.”

After confirming the great and constant success of these dinners and adding a catering service to the embryonic project, the future pointed to a strong possibility: setting up a more permanent space and, by doing so, enabling refugees to have a job and a more stable income. In order to achieve this, there was the need to train people, to give them the tools that would allow them to work in a restaurant in Lisbon, following Health and Safety regulations in the country. Partnerships with the well-known and prize-winning chef Avillez and his Bairro restaurants and the Lisbon Hotel and Tourism School. People underwent training courses and internships and chef Luís Barradas was asked to closely supervise the team. Portuguese language courses were taken and people’s talents,



inclinations and preferences were considered. Women cook but some prefer making desserts, while others would rather focus on the savoury dishes. Men make bread and those who speak better Portuguese wait tables.

Capital to invest was also needed and, in our digital world, a crowdfunding campaign with rewards was launched: in exchange for a donation, people received a jar of hummus, a voucher for a meal at the future restaurant or the possibility of participating in a workshop.

The success was such that the original amount requested was surpassed. It became clear that the community supported this idea, and the messages left on the crowdfunding platform were encouraging and well-wishing. Slowly, institutional partnerships were established with Lisbon City Hall, The High Commission for Migrations, the biggest energy company in Portugal – EDP, and SPEAK – exchange of languages and cultures, an NGO which promotes the democratisation of language learning and intercultural dialogue. Public figures such as Catarina Furtado, a UN Goodwill Ambassador, lent their support to the project.

There were also numerous prizes of which we highlight the IES – Social Business School, Social Entrepreneurship Bootcamp in 2016 and runner-up in the DNA Cascais – Ideas and Business 2016 in the Social Entrepreneurship category. Alongside these awards, invitations to share the idea with the wider public were also received, and *Pão a Pão* participated in the Social Entrepreneurship Session of the 2017 INOV Programme edition and the Dialogue Café⁵ at the [Calouste Gulbenkian Foundation](#).

With all the ingredients for a huge success, *Mezze* opened in September 2017 in the most multicultural neighbourhood in the Portuguese capital, Arroios. Its name, and because this is not just a restaurant, means a meal made of small and varied dishes to share. This is the fundamental ideal of this project: sharing food, but also culture, knowledge, experiences, music, dance.

Alongside the restaurant business, *Pão a Pão* has organised workshops and talks. There are regular Syrian cuisine lessons where we can learn how to make the recipes served in *Mezze*. We participated in one of those workshops where we felt the will to share – at the end of the hardworking session we all sat at the communal table and shared the food we had cooked together in an atmosphere we perceived as welcoming. The secret, we were told, is that everything is made with love. Each culinary step, each cutting of the immense

bunches of parsley, each incision in the aubergines, or mixing of ingredients has to be done with great care, no rush and plenty of love. If not the food will not be tasty, we were assured.

There are other activities focusing on different subjects. There have been talks about the integration of refugees, a musical session with the first Portuguese translator of *One Thousand and One Nights* from the Arabic, Hugo Maia, a debate about feminisms in the Arab world, another one about traditions and customs in Syria, and a meeting where the participants were asked to share childhood experiences, regardless of their country of origin.



Needless to say that these events are as popular as the restaurant. “It is a place where people meet”, says Francisca Gorjão Henriques to the Portuguese newspaper *Expresso*. This will to share is confirmed: *Mezze* is a [place where people and cultures meet](#).

The local community constantly fills the restaurant and the events are always crowded, but public figures with political responsibilities have also shown an interest in *Mezze*. The Prime Minister, António Costa, the former President of Portugal, Jorge Sampaio, the director of the Immigration Services, Carlos Matos Moreira, and the High commissioner for Migrations, Pedro Calado, have all visited. The European Commissioner for Migrations, Home Affairs and Citizenship, Dimitris Avramopoulos, was so impressed with the project that he recommended in November 2017 that “[Other countries should follow your example](#).”

Mezze has developed since its opening. If, in the beginning, the team needed constant support in managing the restaurant, today Rafat and Serenah perform that task with great independence. There is also a catering service available now and, soon, there will be a take-away section. The business model blueprinted by *Pão a Pão* allows for expansion in terms of the variety of services offered, but also its replication in other parts of the country, always having the creation of jobs for more and more refugees as an aim, thus spreading the “syrious case of success” in Arroios.

Recently, in the same Arroios Market building, *Zaytouna*, opened. It is a middle-eastern grocery shop where one can buy ingredients to cook the dishes served in *Mezze*, numerous spices, the famous soap from Aleppo or even traditional teapots and glasses. Manning *Zaytouna* is a Palestinian with training in Documentary Cinema and Photography. He has ideas to expand the business, once the bureaucratic issues have been resolved.

Nobody doubts that *Mezze* is a “syrious case of success” in Lisbon, for now but soon to expanded to other cities in Portugal. It confirms what has been tested in other countries. In France, for example, we highlight the case of “Les Cuistots Migrateurs”, a similar project to *Mezze*, even though it involves refugees and culinary traditions from a variety of origins, that through social entrepreneurship aims to 1) change society’s negative idea of refugees; 2) integrate refugees through employment, and 3) show new, more varied and authentic world cuisines.



2.2. Other integration projects

Make Food Not War

Make Food Not War is an NGO created in Lisbon with the main objective of stimulating the sense of community by gathering migrants and refugees who prepare traditional vegetarian meals from their countries for locals or tourists visiting Portugal's capital city.



Having set the date and the venue, each person has to enrol for the culinary event which always takes place around communal tables and has traditional music from the country, celebrated on that day playing in the background, in order to promote interaction and dialogue between people who do not know each other. Despite the similarities with the *Refugee Food Festival*, which began in 2016 and has happened from New York to Cape Town, there is an intended structural amateurishness in these events in Lisbon. In the *Refugee Food Festival* professional chefs are invited to produce recipes from their countries of origin in partnership with participating restaurants. In the *Make Food Not War* events there are no such strict rules; everything flows from the organisation to the food produced and to the event itself where people sit at the table and enjoy a meal with strangers, which renders these lunches more open to chance, but also makes them more regular and authentic.

One of the founders of *Make Food Not War*, Paulo Alexandre Mascarenhas Álvares, told us that one of the reasons that led him to dedicate his free time to such a project was the fact that he was a son of immigrants himself. His parents were originally from Goa, settled in Mozambique and then in Lisbon, where they ran a restaurant. Paulo cherishes the time he spent there helping out when growing up. Of that past he also remembers the smells and the bustle in the kitchen, as well as the pride in serving the meals cooked with great care. He remembers how not wasting food was always a focus and how imaginative the use of leftovers was to the delight of the whole family. These memories combined with his academic training in Political Sciences and International Relations, created a strong social

awareness, which he now puts to good use by organising communal meals with non-professional chefs of various nationalities.

In cooperation with the *Crescer Association*,⁶ Paulo organised a *Masterchef*-style competition for Middle East refugees at the *Cozinha Popular da Mouraria*, a non-profit organisation in the traditional and multicultural⁷ borough of Lisbon, familiar with food diversity in a communal setting since 2012. The culinary contest produced the first group who made and served a multi-ethnic meal for a great number of customers/guests.

Since then, a great variety of lunches and dinners have been organised by several teams so that a larger number of people have the necessary exposure to widen their contacts network. These communal meals provide a meeting point for different cultures, as well as an occasional

source of income, as the profit generated is shared by the people contributing with their work. The interaction between all the participants is encouraged and opportunities for work arise. Thus, those who cook are motivated to leave the kitchen and mingle, as the ultimate objective of *Make Food Not War* is to facilitate the integration of people who had to leave their countries of origin and ended up in Lisbon.



Illustration by Cláudia Pinhão

Even though *Make Food Not War* is run by social activists with no institutional funding, the President of the Portuguese Republic, Marcelo Rebelo de Sousa, participated in one of the lunches, lending this project greater visibility in the community. People who join these meals are aware from the outset that they are contributing towards a social cause and that they will be involved in a multicultural experience full of smells and tastes and people with their personal narratives of immigration and exile. The *Make Food Not War* events are publicised on social media and also by the very effective word of mouth. After the successful collaboration from men and women from Syria, Palestine, Iraq and Eritrea, there have been a few dedicated to Venezuela, thus echoing the recent migrant flow from that country.

***Tayybeh*: from Engineering to Cooking**

Tayybeh is referred to on digital platforms as one of the 14 restaurants in Lisbon that offers Middle Eastern cuisine. But it is not just a restaurant; it is a life project of a couple, Ramia and Alan, Syrian refugees trained in the IT Engineering field. Forced to flee their country, they found themselves in Lisbon having to start a new life.

In September 2017 Ramia and Alan were invited to participate in the “Todos” festival organised by the Lisbon City Hall to promote a multicultural exchange. Their job was to make Syrian dishes; their success was such that every day they had to prepare more and more food that quickly sold out. This experience gave them the idea of starting a catering service that served lunches and dinners at events arranged by influential institutions in Lisbon, such as the City Hall itself, the Goethe Institut and several Universities in the capital city. Their company also catered for wedding receptions and promoted Syrian cuisine workshops.

At the beginning of 2019 they opened their own restaurant, a symbol of their hard work, a further step in their integration and proof of their



resilience, having overcome all the bureaucratic difficulties involved in such a business. What the restaurant also brings is a steady income for women who work there doing what they learnt in their country of origin with their families; it represents a link between past and present for all involved.

Tayybeh has memories stuck to the walls, namely a painting of Alan's grandmother's house in Syria, his main mnemonic reference, a safe haven where people gathered around food. Other paintings and objects elicit the original culture, although they are not there for decoration; they fit in the warm atmosphere, they frame lives with smells, tastes, music and stories of faraway places, which they bring closer.



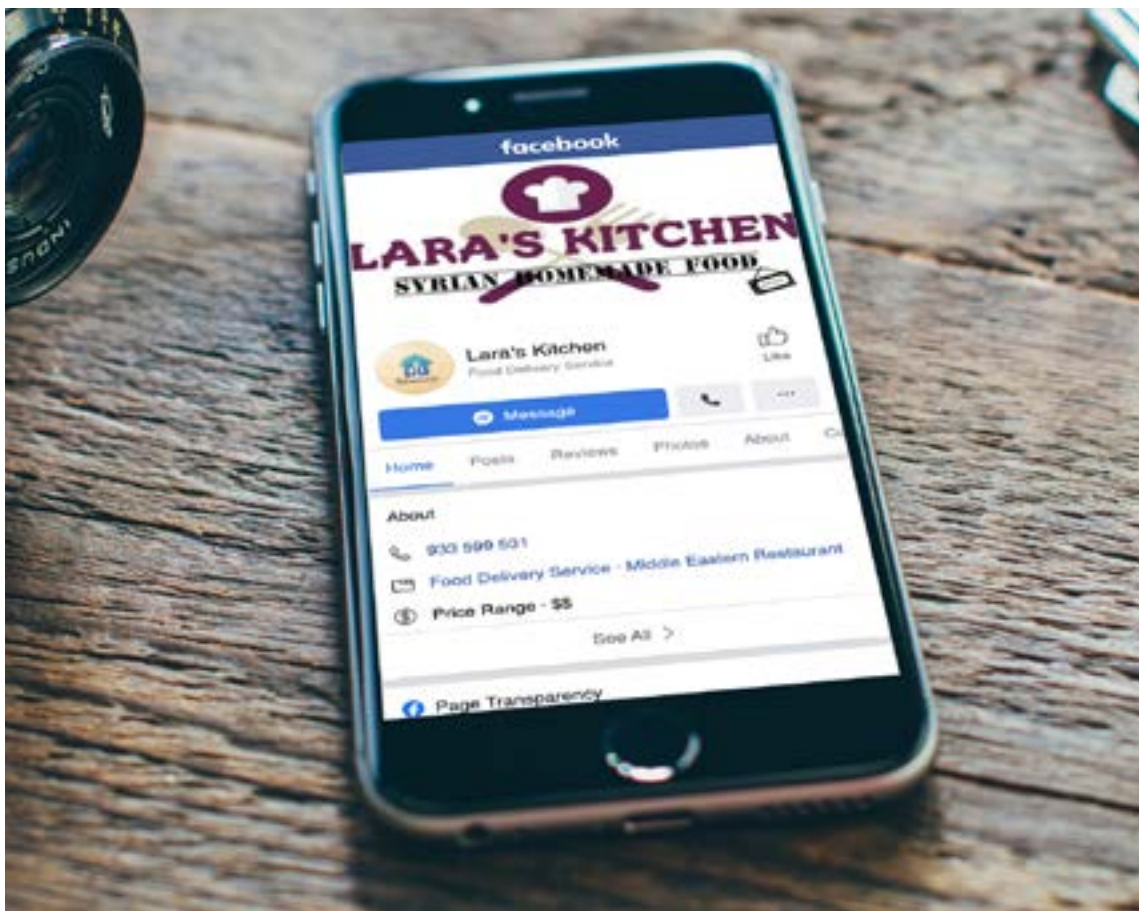
Tayybeh represents a safe place where numerous delicacies are served and where the ritual of the Damascus coffee lives on. That bubbling coffee in a hot sand tray, which Alan is particularly proud of, is like the final seal of an intercultural pact that is established between those who cook and serve and those who eat. One of the sentences in Arabic that Ramia and Alan made a point of having on the wall reads: “we are judged by hope.” And this is what *Tayybeh* represents: the hope of building a new life in Lisbon, a welcoming place, a table to share. On the walls there is also an image of an old yellow tram, a typical sight from the Portuguese capital and other references to Portuguese culture, which reinforces the notion that this Syrian dining room is not a place set aside from the community, but instead a place of intercultural dialogue, a bridge between two cultures.

Lara's Kitchen- Syrian Homemade Food.

Lara Alhalabi's story is not very different from other refugees' stories. She tried to flee Syria several times but only made it at the eighth attempt. She had to walk to Turkey as a very young woman, not yet an adult. She eventually reached a refugee camp in Greece where she met Khaled, her now husband. Lara did not choose Portugal when she was made to select where to go in Europe, but Portugal chose her. Under the aegis of the Portuguese Council for Refugees, Lara and Khaled arrived in Lisbon in 2017. Despite some support received, they both felt alone and forgotten for months. They wanted to work, to give meaning to their lives, they phoned people and asked questions, but got few replies. They enrolled in courses that were either unsuitable for them or where they did not get the support expected. Khaled found a job at a *call centre* and Lara, seeing that her entrepreneurship course was not very helpful, set up a catering service all by herself at the age of 21. Thus, Lara has been making traditional Syrian food since February 2019. She advertises on social media, a very common and effective way of getting your business known in the community, and also uses word of mouth as a marketing technique. Cooking, as Lara told us with a smile on her face, is an old passion which she learned in Syria with her family. Her studies in English Literature at the University of Damascus had to be interrupted and, although she could teach Arabic or English, she decided that cooking was the best way to make ends meet. Her objective is to use all her skills and talent to thrive. As an individual project, *Lara's Kitchen* involves some financial risk and insecurity, as there are periods when there are very few orders and others when she is overwhelmed. She has to manage everything by herself and income is not regular. Lara and Khaled have had help from friends in the Brazilian community who have given them support and helped them furnish their home.

Of Lara's testimony we note her youth and perseverance. She likes living in Portugal despite all the bureaucratic difficulties and is attending a course to improve her Portuguese in order to become an even more independent citizen with fewer barriers in her way. She is pleased with the occupation she has found since she feels rewarded for sharing the food she makes with dedication and love. This notion was emphasised by everyone we talked to about how they

found the motivation to cook. The fact that Lara invited us to her home to taste her food is evidence that the activity of preparing it is deeply connected to hospitality, even though one may think that it is the host community who should practise it. Lara showed us active hospitality in her host country by sharing her knowledge and traditions through food.



3. Inclusive Tables and Intercultural Societies

Whether it is a place to work, to have our meals, to meet others or celebrate memories, the table is a space of reunion; it promotes sharing between people and conviviality.

We have focused here on food and migrations and transferred the migrants' own condition to the table. The table, an object both real and symbolic, absorbs the transit and the transferences that occur across it. There is not only the fact that migrants sit around a table, but also that anything related to the table is affected by migrations. What's more, we wanted to show how the social space of food should not be looked upon as part of ethnic and cultural identities that are isolated, exclusive and immutable. Therefore, we did not use the term "world cuisines", ethnic restaurants or food halls with a selection of more or less exotic food samples. In these cases, food is seen as a commercial product by those who plan it, make it or consume it. Even when we are dealing with "foreign food", prepared with produce unknown to local traditions, rarely do we take into account that we are consuming the result of history of migrations of people and ingredients.

In contrast, the inclusion projects that we have presented show the intercultural communication potential of commensality. It is in this sense that we can call them "migrant tables", true examples of "community companies", since they facilitate the social integration of migrants and refugees, promote self-esteem, provide employment and income, and also promote bilateral and multilateral exchanges between people. If we are at the receiving end of traditions, which will eventually modify our habits, it is also true that the migrant communities change some of their own habits as well, sometimes with implications in their

countries of origin. While some prepare food, others - sometimes even the same people - ingest it. In this process, there are various actions that affect both parties. The ones who prepare the food dedicate their time, their skill and taste so that others literally incorporate all these elements, establishing a connection of trust, of which survival and satisfaction depend.

People are not what they eat simply because they happened to be born and brought up in a certain community with their cultural and food habits; we must take into account the developing nature of identity, including personal choice.

Eating among and with migrants is part of a utopian foodways project since we consider that healthy eating does not simply involve the quantity or the quality of the nutrients ingested; open and balanced environments where what we eat and how we do it contemplates the symbolic dimension of eating is also part of this equation. We can then conclude that whoever decides to sit at an intrinsically inclusive and intercultural “migrant table” is taking part in a communal dynamic founded upon reciprocal recognition. It may seem that they are simply eating something unknown, but they are contributing towards a utopia, a silent revolution that imagines a table for and with everyone.



Bibliography

- AAVV (2017), *Food & Migration Understanding the geopolitical nexus in the Euro-Mediterranean*, Barilla Center for Food and Nutrition [available on <https://www.barillacfn.com/m/publications/food-and-migration.pdf>]
- BAROU, Jacques (2010), "Alimentation et migration : une relation révélatrice", *Hommes et migrations* [En ligne], 1283. mis en ligne le 29 mai 2013, consulté le 30 septembre 2016. URL : <http://hommesmigrations.revues.org/980> ; doi : 10.4000/hommesmigrations.980
- BECK, U., BECK-GERNSHEIM, E. (2004) - *Der kosmopolitische Blick oder*, Frankfurt a.M. Suhrkamp, Krieg in Frieden.
- CERTEAU, Michel de (1980), *L'invention du quotidien*. Vol 1 - Arts du faire, Paris, Folio/Essais.
- CERTEAU, Michel, Giard Luce, Mayol, Pierre (1990). *L'invention du quotidien*. Vol 2. Habiter, Cuisiner, Paris, Folio/Essais.
- CORVO, P. (2015), *Food Culture, Consumption and Society*. Palgrave Macmillan, London.
- HOLTZMAN, Jon D. (2016), "Food and Memory", in *The Annual Review of Anthropology*, 35, pp. 361-378. doi: 10.1146/annurev.anthro.35.081705.123220
- LIMA, Romilda de Sousa; NETO, José Ambrósio Ferreira; FARIAS, Rita de Cássia Pereira (2015) , "Alimentação, comida e cultura: o exercício da comensalidade" in *Demetra*, n°10(3), pp. 507-522.
- MARTINS, Maria Do Céu Antunes (2016), *Alimentação e identidade em contexto migratório: Práticas e representações*. Um estudo de caso no distrito de Castelo Branco, Lisboa, Chiado Editora.
- MONGINHO, Julieta (2017), *Um Muro no Meio do Caminho*, Lisboa, Porto Editora.
- NOUSS, Alexis (2016), *Pensar o exílio e a migração hoje*, Tradução de Ana Paula Coutinho, Porto, Edições Afrontamento e Instituto de Literatura Comparada Margarida Losa.
- PINÇONNAT, Crystel (2010), " La cuisine, un lieu et ses pratiques. De la tradition à la transgression", *Revue de littérature comparée* 2010/3 (n° 335), p. 305-318.

- POULAIN, Jean-Pierre; PROENÇA, Rossana (2003), “O espaço social alimentar: um instrumento para o estudo dos modelos alimentares”, *Revista de Nutrição*, Campinas, 16(3), pp.245-256.
- WOORTMANN, K. (2006), “O sentido simbólico das práticas alimentares”, in ARAÚJO, W.; TENSER, C. (Org.), *Gastronomia, cortes e recortes*. Brasília: Editora SENAC, 2006.
- WOORTMANN, Ellen F. (2013), “A Comida como linguagem”, *Habitus*, Goiânia, V. 11. N.1, pp. 5-17. Jan-Jun.

Notes

1. Scientific project hosted by two Research Units (ILCML and CETAPS) and funded by the Foundation for Science and Technology, FCT, and COMPETE (PTDC/CPC-ELT/5676/2014).
2. In Portugal, we note the PHD research in Sociology by Maria do Céu Antunes Martins on food and identity in a context of migration, based on a case study involving Brazilian, Indian and Ukrainian migrants in Castelo Branco (Martins 2016).
3. Namely, 1- eating and the place of food; 2- the food system ; 3- culinary space; 4- space of food habits; 5- eating and the rhythm of time and 6- space of social distinction.
4. According to the information provided by the Portuguese Council for Refugees there were more than five hundred asylum applications submitted by Syrian refugees.
5. [The Dialogue Café](#) is a non-profit global initiative which allows face-to-face conversations between people from different groups all over the world, so they can share experiences, learn from each other and work together towards a better world. It is the first video-conferencing worldwide network for civil society – for cultural or educational social organisations. These include foundations, associations, NGOs, community groups, universities, schools, social enterprises, public sector agencies.
6. The *Crescer Association* sponsors [Mahraba – The Middle East at the table](#), a catering service whose goal is to integrate asylum seekers in Lisbon through professional training.
7. See Alexandra Prado Coelho, “Na Cozinha Popular, todos comem e todos cozinham”, *Público*, 24 March 2014.



