

# Recital

Revista de Educação,  
Ciência e Tecnologia de Almenara/MG.

## PROTEÍCA POÉTICA, DO BRAVO AO TROPEIRO RECITAL

*Poetic Proteics, From The Brave To The Muleteers' Recital*

**Marcelo Calderari MIGUEL**

Universidade Federal do Espírito Santos

[mmcbiblio@gmail.com](mailto:mmcbiblio@gmail.com)

DOI: <https://doi.org/10.46636/recital.v6i1.434>

Audaciosa feijoada a fazer, agregada culinária proteica a comer.  
Santo e empoderado caldeirão, faça a afetiva memória se destemer.

No mundo dos feijões, uma sátira vou traçar,  
Com versos divertidos, vamos todos brincar.

Feijão-bravo, extraordinário e audaz,  
Na panela, é temperado com ardor voraz.

Feijão-canário, amarelinho e gentil,  
Na culinária, odisseia divinal, traz um sabor sutil.



Feijão-careta, na panela sério e formal,  
Nem na ferro-silício-manganês liga, ele quer ser informal.

Feijão-casado, mistura interessante,  
Unindo sabores, harmonia constante.

Feijão-caupi, afro exótico e surpreendente,  
Na mesa, é batuque e uma delícia envolvente.

Feijão-chicote, tempero picante,  
No paladar, é uma chibatada instigante.

Feijão-da-índia, grão ancestral,  
Resgata tradições em cada ritual.

Feijão-de-boi, robusto e vigoroso,  
Na cozinha, é um guerreiro valoroso.

Feijão-de-corda, grão bem conectado,  
Unidos na panela, são bem-casados.

Feijão-de-frade, o padre da cozinha,  
Bendizando os sabores, numa rima certinha.

Feijão-de-gado, fartura no prato, nutrição do sertão,  
Nutre e é puro regalo. Para vaqueiros é iguaria, força e tradição.

Feijão-de-lima, frescor tropical,  
Culinária angelical, no paladar dominical.

Feijão-de-macáçar, sabor sem igual,  
Com aroma e sabor fenomenal.





Feijão-de-metro, mede a refeição com precisão,  
Sempre vem na quantidade exata, sem perdão.

Feijão-de-olho-preto, olhar cativante,  
No prato, é um grão deslumbrante.

Feijão-de-pomba, grão delicado,  
Nas artes culinárias, é um mimo adorado.

Feijão-de-pombinha, inflorescência nada vistosa,  
De medicinal uso, mostra propriedade medicamentosa.

Feijão-de-porco, tempero atraente,  
Com bacon, fica ainda mais envolvente.

Feijão-de-praia, sabor refrescante,  
Perfeito para dias de sol brilhante.

Feijão-de-rola, grão elegante,  
Colorido vermelho-violáceas, Refeição fascinante.

Feijão-do-campo, simples e singelo,  
Na simplicidade, dá para congelar ou fazer farelo.

Feijão-do-congo, com tradição ancestral,  
Na culinária, cada concha é herança cultural.

Feijão-do-mato, selvagem e aventureiro,  
No prato, é um sabor verdadeiro.

Feijão-dos-arrozais, companheiro leal,  
Com o arroz, forma um par ideal.





Feijão-manteiga, cremoso e sedutor,  
Na panela, é um tesouro encantador.

Feijão-mulatinho, cor encantadora,  
Em cada prato, é uma graça sedutora.

Feijão-olho-de-pombo, um olhar penetrante,  
No paladar, é um grão extravagante.

Feijão-flor, planta de encanto singular,  
Na beleza dos campos, vem deslumbrar.

Feijão-dos-caboclos, árvore a venerar,  
Sua sombra traz abrigo, é um patrimônio a preservar.

E o feijão-tropeiro, tropeirismo aroma, viajante nato,  
Imperativo prato Chefe do estádio, combina bem é fato.

Conto e catar com humor e alegria, afinal o planeta é de feijões diria?  
Sim, alimento de feitoria e sesmaria; a granel em padaria, mercearia e periferia.

Com tantos feijões, a festa se cria; dita sabor e humor, uma grata parceria.  
Assim, celebre suas cores, gostos e sabores com gustativas papilas de confraria!

*Recebido em: 23 de julho 2023*

*Aceito em: 23 de outubro 2023*