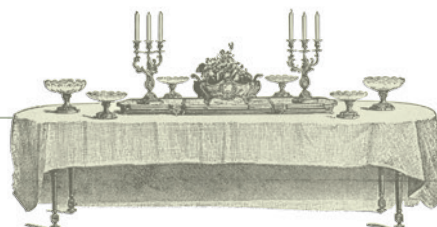
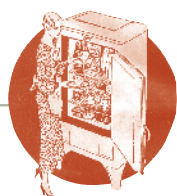


ISABEL DRUMOND BRAGA



VIDA FAMILIAR À MESA



PORTUGAL 1914-1945



FAMILY LIFE AT THE TABLE



CONTENTS

010 • TO BEGIN

014 • LITERATURE REVIEW

024 • FROM WAR TO PEACE, AND PEACE TO WAR

042 • THE HOME SPACE

092 • DOMESTIC STAFF

124 • ELECTRIC APPLIANCES

148 • MEALS IN THE TRENCHES

172 • FOOD SUPPLY IN TIMES OF SCARCITY

224 • EVERYDAY MEALS

246 • FESTIVE FOOD

266 • INFANT NUTRITION

292 • VEGETARIANISM: AN ALTERNATIVE

322 • RECIPE BOOKS

340 • WRAP-UP

342 • APPENDIX • A FAMILY DINNER (1927)

348 • SOURCES AND BIBLIOGRAPHY

ÍNDICE

011 • A ABRIR

015 • ESTADO DA QUESTÃO

025 • DA GUERRA À PAZ E DA PAZ À GUERRA

043 • OS ESPAÇOS DA CASA

093 • O PESSOAL DOMÉSTICO

125 • OS ELETRODOMÉSTICOS

149 • AS REFEIÇÕES NOS PALCOS DE GUERRA

173 • ABASTECIMENTO ALIMENTAR EM TEMPOS DE ESCASSEZ

225 • REFEIÇÕES QUOTIDIANAS

247 • COMIDAS DE FESTA

267 • ALIMENTAÇÃO INFANTIL

293 • VEGETARIANISMO: UMA PROPOSTA ALTERNATIVA

323 • RECEITUÁRIO IMPRESSO

341 • EM JEITO DE BALANÇO

343 • APÊNDICE • UM JANTAR EM FAMÍLIA (1927)

348 • FONTES E BIBLIOGRAFIA

LITERATURE REVIEW

1 “As nossas matinés”, *Fémína*, No. 123, 20 March 1936, p. 10. For a clear understanding of the literary texts and the magazine articles mentioned in this book, all spellings have been updated.

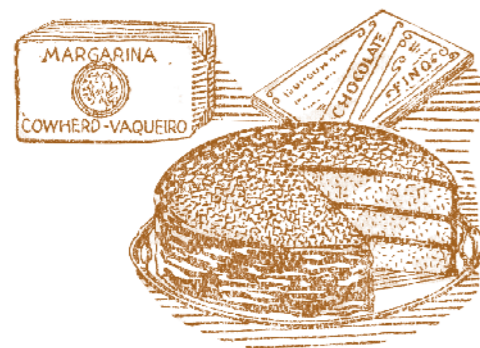
2 OSÓRIO, Ana de Castro, *Em tempo de guerra: aos soldados e às mulheres do meu país*. Lisbon: Ventura e Companhia, 1918, p. 42.

3 On this conceptualization, see BUTLER, Judith, *El género en disputa*. Translated by María Antonia Muñoz García. Barcelona: Paidós, 2007.

In 1936, a women’s magazine published an article that said:

“the ladies, having descended into town – even if they have come by foot, pleasantly walking all the way – and having made their shopping according to their notebooks; and after visiting their dressmaker, examining the windows shops in Chiado or Rua Augusta, then demand some rest, need to sit down, to chat, to exchange opinions.”¹

This was the lifestyle of the upper class women who inhabited the capital before the outbreak of the First World War – the life style of a minority, desired by the majority. However, decades before this, there were already women who contemplated other ways of living. For example, the author, feminist and activist Ana de Osório Castro (1872-1935) wrote in her book *Em tempo de guerra*, published in 1918, that “Portugal is perhaps the last country in Europe where women have grasped the absolute need to work for their financial independence, and it will be the last where men eventually accept work collaboration from women.”² This duality will continue throughout all the period in question, and it is one of the themes we wish to explore, albeit partially, in this book.



It is difficult to find works that explore the impact of the wars on gender roles³ in Portugal. In Europe, the First World War had great repercussions for feminine labour, despite the fact women had already entered the labour market much before the twentieth century. It also showed unequivocally that women were able to perform the same type of tasks as men, such as drive ambulances and trains, work in the steel industry and many others. In Portugal there are no studies on the matter, unlike what has been produced abroad (varying according to country, social class, age, experience, etc.); examples of this are the research by Susan Grayzel in England and the work by Luis Cabrera Pérez

ESTADO DA QUESTÃO

Em 1936, uma revista feminina publicava um artigo, no qual se podia ler:

«as senhoras, descendo ao centro da cidade, mesmo que tenham vindo a pé, na agradável prática do *footing*, feitas as compras que trazem apontadas no seu *carnet*, terminada a visita à modista, examinadas as montras do Chiado ou da rua Augusta, precisam de descansar, de se sentar, de conversar, de trocar impressões»¹.



Era todo um programa de vida das senhoras das classes altas que viviam na capital, antes do eclodir da Segunda Guerra Mundial. Trata-se de um modo de vida de uma minoria desejado por uma maioria. Contudo, décadas antes, já havia quem se preocupasse com outras maneiras de existir. Pensemos, por exemplo, na escritora e ativista feminista Ana de Castro Osório (1872-1935) que, na sua obra *Em tempo de guerra*, publicada em 1918, considerou que «Portugal é, talvez, o último país da Europa, em que as mulheres compreenderam a necessidade absoluta de trabalhar para a sua independência económica, e está ainda para ser o último em que os homens aceitem a colaboração laboriosa da mulher»². Eis uma dualidade que irá estar presente durante todo o período em estudo e que serve de mote para o que se pretende articular, ainda que parcialmente, nesta obra.

Em Portugal, não se encontram trabalhos sobre os impactos dos conflitos bélicos nos papéis de género³. Na Europa, a Primeira Guerra Mundial provocou fortes reações ao trabalho feminino, não obstante as mulheres terem entrado no mercado de trabalho muito antes do século xx, e mostrou de forma inequívoca que poderiam desempenhar as mesmas atividades que os homens – conduzir ambulâncias e comboios, trabalhar em indústrias siderúrgicas e tantas outras. Por cá, e ao contrário do que aconteceu no estrangeiro, embora de forma variável, de acordo com o país, a classe social, a idade, a experiência, etc., não se conhecem estu-

1 «As nossas matinés», *Fémína*, n.º 123, 20 de março de 1936, p. 10. Para uma melhor leitura dos textos literários e dos artigos de revistas citados, a ortografia original foi atualizada.

2 OSÓRIO, Ana de Castro, *Em tempo de guerra: aos soldados e às mulheres do meu país*. Lisboa: Ventura e Companhia, 1918, p. 42.

3 Sobre esta conceitualização, cf. BUTLER, Judith, *El género en disputa*. Tradução de María Antonia Muñoz. Barcelona: Paidós, 2007.



27 On this short period in Portugal's history and its leading figure, see SILVA, Armando Malheiro da, *Sidónio e sidonismo*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra; Lisbon: Museu da Presidência de República, 2006, 2 vols.



== As nossas tropas especiais aprisionaram uma patrulha inimiga. ==

On 5 December 1917, a coup d'état toppled the government, executed by several military units and supported by all the enemies of the Democratic party. It was a coup against the crisis, against the war and against the one-dominant-party system. A revolutionary junta took power and its leader, Sidónio Pais, became provisionally both head of government and president of the Republic. Pais was a young politician who had been a member of the Unionist Party and had served as ambassador to Berlin. In April 1918, having benefited from a change in the Constitution, he was voted in as president of the republic by direct election. That same month, the newly created Republican National Party won the parliamentary elections. Because the parties of the "Old Republic" did not campaign, people began talking about a "New Republic". The elected government undertook social reforms, reduced the war effort, introduced changes to the law of separation between the state and the church, and restored diplomatic ties with the Vatican. But the recession continued, while the new regime worked to suppress its opponents.²⁷



== Um soldado das trincheiras alemãs ==

EXÉRCITO PORTUGUÊS/DIREÇÃO DE HISTÓRIA E CULTURA MILITAR/MUSEU MILITAR DE LISBOA

EXÉRCITO PORTUGUÊS/DIREÇÃO DE HISTÓRIA E CULTURA MILITAR/MUSEU MILITAR DE LISBOA



A 5 de dezembro de 1917, triunfou o golpe de Estado levado a cabo por unidades militares diversas e com o apoio de todos os inimigos do Partido Democrático. Fizera-se contra a crise, contra a guerra e contra o sistema de «partido dominante». Assumiu o poder uma junta revolucionária, cujo líder, o major Sidónio Pais, tornou-se, interinamente, chefe do Estado e do governo. Tratava-se de um jovem político que pertencera ao Partido Unionista e fora embaixador de Portugal em Berlim. Em abril de 1918, beneficiando de uma alteração à Constituição, foi eleito Presidente da República por sufrágio direto. No mesmo mês, o recém-criado Partido Nacional Republicano ganhou as eleições legislativas, a que não concorreram os partidos da «República Velha». Começou a falar-se de uma «República Nova». O jovem regime empreendeu reformas de cariz social, diminuiu o esforço de guerra, introduziu alterações à lei da separação entre o Estado e a Igreja e restabeleceu relações diplomáticas com a Santa Sé. Mas a crise que se vivia continuou, registando-se, em simultâneo, alguma repressão sobre os inimigos políticos do novo regime²⁷.

A Primeira Guerra Mundial terminou em novembro de 1918, com a derrota da Alemanha e seus aliados. Portugal achou-se entre os vencedores e viu reconhecida a posse das suas colónias. Em seguida, o país viveu uma profunda agitação política, na sequência do assassinio de Sidónio Pais, ocorrido em dezembro do mesmo ano. Em janeiro-fevereiro de 1919, deu-se mesmo uma importante tentativa de regresso ao regime monárquico. Com o fracasso da mesma, triunfou a «Nova República Velha», que

Stuart Carvalhais (1887-1961) foi autor de oito postais onde retratou Portugal e a Grande Guerra. Stuart Carvalhais (1887-1961) was the author of eight post cards in which he depicted Portugal and the First World War.

27 Sobre esta curta fase da história portuguesa e a figura que encarnou, cf. SILVA, Armando Malheiro da, *Sidónio e sidonismo*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra; Lisboa: Museu da Presidência de República, 2006, 2 vols.



O aumento da população em geral e as migrações para as áreas urbanas levaram a surtos de construção civil e ao aparecimento de novos bairros nas grandes cidades, em especial em Lisboa e no Porto, durante a primeira metade do século xx. Na capital, destaquem-se as Avenidas Novas, o Bairro de Campo de Ourique, a Avenida de Almirante Reis (antiga Avenida de D. Amélia), o Bairro Camões, a zona conhecida como D. Estefânia e a circundante à Avenida da Liberdade, espaços destinados à burguesia. Mais populares eram os bairros Europa, do Alto do Pina, América, da Bélgica, Social do Arco do Cego, Social da Ajuda e Social das Colónias. No Porto, destaque-se a Avenida da Boavista³².

A Avenida de Almirante Reis pela lente de Joshua Benoliel (1873-1932). Avenida de Almirante Reis through the lens of Joshua Benoliel (1873-1932).

Na capital, dois programas urbanísticos contemporâneos tiveram públicos-alvo diferenciados: as Avenidas Novas, com habitações mais caras, e a Avenida de Almirante Reis e ruas adjacentes, destinadas à pequena burguesia, a par de algumas exceções. A um dos lados desta, refira-se o Bairro Andrade, de iniciativa individual e privada do dono dos terrenos, Manuel Gonçalves Pereira de Andrade, e sem relevância urbanística, do final do século xix³³, bem como os posteriores Bairro das Colónias e Bairro dos Atores, da década de 1930. Não por acaso, Armando Ferreira, que retratou de forma humorística a burguesia lisboeta da primeira metade da centúria, colocou a família Antunes, cujo único membro que trabalhava era Moisés, um primeiro-oficial das Finanças, a residir num terceiro andar da Rua Maria, enquanto a filha, ao ficar noiva de um vendedor de automóveis, optou por arrendar um quarto andar com cinco divisões, na Avenida de Almirante Reis³⁴.

Não muito longe, entre a Graça e a Penha de França, diversas vilas operárias, todas construídas antes da Primeira Guerra Mundial. Destaquem-se o Bairro Estrela d'Ouro (1908) – iniciativa de Agapito Fernandes, igualmente proprietário do Cinema Royal, inaugurado em 1929, com projeto de Norte Júnior – e a Vila Cândida (1912), ambos obedecendo a cuidados arquitetónicos. Nas margens das Avenidas Novas e da Almirante Reis foram aparecendo sucessivos bairros, de modo a responder ao crescimento acelerado da população que, entre 1900 e 1920, passou de 365 mil para 485 mil habitantes³⁵.

³² MARQUES, A. H. de Oliveira, «Aspectos da vida quotidiana», p. 635.

³³ Sobre este bairro, cf. LOURENÇO, Tiago Borges, «Entre o Desterro e Arroios: o desenvolvimento urbano dos bairros do primeiro troço da Av. Almirante Reis (Av. dos Anjos)», *Cadernos do Arquivo Municipal*. Lisboa. 2.ª série, N.º 12, 2019, pp. 97-102.

³⁴ FERREIRA, Armando, *O casamento da Fifa Antunes*. Lisboa: Livraria Guimarães, 1935, p. 151.

³⁵ FRANÇA, José-Augusto, *Lisboa: história física e moral*. Lisboa: Livros Horizonte, 2008, pp. 631-636, 655.

Uma
cozinha

muíto
alegre



Nem só nos aposentos destinados a receber as nossas amigas deve presidir a deusa devaneadora e alada que se chama — Arte —. Não se sente ela desprimorada se a elegermos nossa companheira inseparável, ainda que a levemos para os aposentos menos visitados da nossa casa. Amável, atraente, a tudo transmite encanto e em tôda a parte nos seduz a vista, nos empresta um grande bem-estar espiritual, e dêste modo, não devemos desprezar o mínimo ensejo de lhe prestar culto.

Entrar numa cozinha de aspecto ridente e artístico desperta o apetite e a vontade de preparar belos acepipes e bons doces que, muitas vezes, têm de ser preparados pela dona da casa, sentindo-se nela tão bem como na confortante sala de estar, ou no terraço florido e suavemente arejado da moradia, se a tiver artisticamente guarnecida.

Nas gravuras desta página encontrarão as nossas leitoras ideias de bordados simples, práticos, por serem laváveis, executados com algodão «perlê» sôbre linho grosso, estôpa ou qualquer tecido bonito de algodão, de côr lisa e harmônica com a côr das paredes. Nos desenhos, feitos com ponto de pé de flôr, devem empregar-se côres vistosas e variegadas o que dará ao conjunto uma graça estranha que atrai e prende o olhar.



Motivos para bordar em panos de cozinha, de modo a torná-la mais acolhedora. *Fémína*, n.º 29, 1 de junho de 1934. Embroidery motives for kitchen towels, to make the kitchen cosier. *Fémína*, No. 29, 1 June 1934.

BIBLIOTECA NACIONAL DE PORTUGAL

Em qualquer casa, a cozinha assumia um papel relevante enquanto espaço dominado pelo género feminino, isto é, pela dona de casa e pela cozinheira, pois poucos dispunham de recursos para ter um cozinheiro. De lá saíam as refeições para alimentar a família quotidianamente e, em grande parte, nos momentos de festa. Para o efeito, deveria estar bem equipada e asseada, afinal, «o grande luxo da cozinha é a sua limpeza»⁷⁴. Mesmo quando instalada numa cave, sem luz natural e, portanto, com necessidade de iluminação artificial, havia que ser cuidada, pintada de cores claras e revestida a azulejos, aconselhando-se a instalação de uma estufa na sala ou um pequeno elevador, evitando-se, deste modo, constantes subidas e descidas da dona de casa⁷⁵.

Com frequência, artigos em revistas femininas e manuais de economia doméstica indicavam como se poderia decorar a cozinha e qual a bateria que cada lar deveria possuir. Por exemplo, pouco antes da Primeira Guerra Mundial, para quatro a seis pessoas, além de um fogão a lenha ou carvão e de um outro a gás ou um fogareiro a petróleo, a cozinha deveria contar com duas agulhas para lardear carne, quatro assadeiras, uma das quais para peixe, outra de louça refratária (forno e mesa); três caçarolas, duas cafeteiras, duas chaleiras, seis colheres de pau, uma concha, um cutelo, uma escumadeira, quatro facas (uma para pão e as restantes para carne e hortaliças, de diferentes tamanhos), quatro frigideiras (duas para carne e outras tantas para peixe), um garfo de ferro, três grelhas (uma para peixe), uma máquina de picar carne, uma outra para legumes, uma panela com duplo fundo para cozinhados a vapor, uma outra para banho-maria, três panelas, uma delas de alumínio, para caldos; três passadores, um deles mecânico para batatas e outro para tomate; uma pingadeira, um ralador, um rodízio para cortar massa, um rolo da massa, dois tachos de alumínio para doces, três tachos de louça refratária e duas tábuas, uma para carne outra para massa⁷⁶. Nas casas em que havia rendimentos mais elevados, que permitiam pagar a um chefe e ajudantes, a bateria de cozinha poderia ser de cobre, mais bonita, mais cara e a exigir maiores cuidados de higienização. O alumínio ainda tinha um custo elevado, enquanto o ferro era a opção recomendada para quem não dispunha de meios para adquirir a de cobre⁷⁷. Para manter tudo limpo também não faltavam receitas, mesmo nas revistas⁷⁸.

⁷⁴ ALMEIDA, Virgínia de Castro e, *Como devo governar...*, p. 137.

⁷⁵ «A cozinha de uma cave», *Fémína*, n.º 134, 29 de maio de 1936, p. 18.

⁷⁶ ALMEIDA, Virgínia de Castro e, *Como devo governar...*, pp. 140-143.

⁷⁷ *Ibidem*, pp. 137-138.

⁷⁸ «O lar», p. 530.

151 "A cozinha portuguesa", *Fémina*, No. 22, 13 April 1934, p. 22.

152 "Uma cozinha modelo", *Fémina*, No. 26, 11 May 1934, p. 21. Other similar advertisements can be seen in *Fémina*, No. 63, 25 January 1935; No. 64, 1 February 1935 – the latter advertises insulated handles; and others.

153 "Como se constitui a felicidade dum casal", *Fémina*, No. 45, 21 September 1934.

154 *Fémina*, No. 49, 19 October 1934.

155 "Ponha a casa em ordem", *Fémina*, No. 152, 9 October 1936.

coal stoves, heavy and blackened pans of copper and iron and tin utensils, did not comply with the principles of order and method. The modern housewife, even the one who only entered the kitchen when her maid had a day off, would be able to prepare meals wearing a silk dress and an apron, so long as she possessed one of their ranges and an aluminium saucepan set, preferably with two handles or one insulating handle which the factory produced exclusively.¹⁵¹ In other issues of the same magazine, they opted for a picture of another kitchen and a shorter text.¹⁵²

The promotion done by Companhias Reunidas de Gás e Eletricidade in the 1930s highlighted the relevance of having oven ranges that made the couple's life easier, cleaner, more affordable and more fun, eliminating the need to have a maid, and suggested that owning a gas range would bring domestic happiness. It included two photos of non-Portuguese people (the feminine figure holding a packet of *Schilling* pepper, costing one pound, is a give-away) and a text in an informative style aimed at a young couple, both working in offices (he in a bank, she in a company), also makes clear the advert's target client.¹⁵³

The same company invested in other adverts, presenting them as a set of articles about the stove in Lisbon's households. In one, it clarified that "every woman should be educated to be a skilled housewife and she will only be so if she is able not just to instruct but also cook refined recipes".¹⁵⁴ It dwelled on the ideal kitchen, equipped with two gas ranges, one electric dishwasher and one mincing machine, also electric. Another advert mentioned cleanliness, health and that "your hands won't be damaged" if readers opted for a gas range.¹⁵⁵ It also recommended laying off the maid, to make way for extra savings;

Uma cozinha modelo com fogão esmaltado e um enorme trem de cozinha de alumínio exclusivos da Fábrica Portugal. *Fémina*, n.º 26, 11 de maio de 1934, p. 21. A model kitchen with an enamel range and an extensive set of exclusive aluminium saucepans made by Fábrica Portugal. *Fémina*, No. 26, 11 May 1934, p. 21.



Uma cozinha modelo

Chamamos a atenção das senhoras para a modelar cozinha que nos apresenta a Fábrica Portugal e que poderão examinar em qualquer dos seus estabelecimentos de venda na Praça dos Restauradores, na Avenida da República, na Rua Febo Moniz e na Rua da Graça.

Tudo quanto há de mais moderno e preciso numa cozinha onde pode a própria dona da casa preparar as refeições, se encontra nos estabelecimentos da Fábrica Portugal.

Todo o trem de cozinha possui asas e cabos isoladores que evita as queimaduras.

QUADRAS

BIBLIOTECA NACIONAL DE PORTUGAL

Publicidade promovida pelas Companhias Reunidas de Gás e Eletricidade. *Fémina*, n.º 45, 21 de setembro de 1934. Advertisement from Companhias Reunidas de Gás e Eletricidade. *Fémina*, No. 45, 21 September 1934.

COMO SE CONSTITUI A FELICIDADE DUM CASAL

Casara. Andas novos, cheios de alegria de viver, querendo-te com forte amor, mas dispondo de pouco dinheiro. És empregado numa Banca, ela numa companhia qualquer; os seus ordenados não são grandes, mas vivens e agoras como se fossem ricos. A tarde, quando soem os estereótipos encontram-se e, de braço dado, seguem conversando e riando a fazer as suas compras. Chegadas a casa, ela tobe os cabelos com uma toalha e veste uma bata, põe um avental; ele tira o casaco, põe também um avental; ela rindo, cantando e contando um ao outro o que fizeram durante o dia, prepara o jantar. Dentro de meia hora estão à mesa e comers com apetite. No final conclama o programa para casa: pedir dois lugares no cinema ou no teatro. À meia-noite estão de volta e em cinco minutos está o chá quente e estão as torradinhas prontas. Pouco depois dormem e sonham talvez, abraçados um ao outro.

Onde está a chave da felicidade deste casal? Numa pequena coisa, em qual modo: em terem um fogão de gás! Esse pequeno aparelho, sempre pronto, sempre alerta, traz-lhes a economia, a simplicidade máxima na preparação das refeições, a máxima limpeza, a economia de tempo, o prazer de se ajudarem mutuamente, a possibilidade de dispensarem a criada, a de irem divertir-se.

Natural a base da felicidade dum casal está na existência de um fogão de gás.

É tão simples, entre nós, realizar-se essa felicidade! Basta um bilhete postal para as Companhias Reunidas Gás e Eletricidade, na rua Vitor Gordon, em Lisboa, para que um empregado nos procure, trate de tudo, da instalação dos documentos, de tudo, sem que tenhamos a mais pequena preocupação.

Meditem as nossas palavras sãs.

BIBLIOTECA NACIONAL DE PORTUGAL

A publicidade promovida pelas Companhias Reunidas de Gás e Eletricidade, igualmente nos anos de 1930, insistiu na relevância de os lares possuírem fogões que tornassem a vida dos casais mais económica, simples, limpa, divertida e que permitissem dispensar a criada, ao mesmo tempo que fez equiparar a felicidade doméstica à posse de um exemplar a gás. Através de duas fotografias estrangeiras – o pacote que a figura feminina ostenta, pimenta *Schilling* ao custo de uma libra, permite a percepção – e de um texto em forma de artigo desenrola-se a argumentação dirigida a um casal jovem, cujos dois membros trabalhavam fora de casa, ele num banco, ela numa companhia, tornando claro os destinatários da mensagem¹⁵³.

A mesma empresa investirá em outros anúncios sempre diferentes, apresentando-os como um conjunto de artigos sobre o fogão

153 «Como se constitui a felicidade dum casal», *Fémina*, n.º 45, 21 de setembro de 1934.

179 MENESES, Filipe Ribeiro de, *De Lisboa a La Lys: o Corpo Expedicionário Português da Primeira Guerra Mundial*. Lisbon: D. Quixote, 2018.

180 *Século (O) Cómico*, 2nd series, No. 576, 5 March 1917, p. 3.

commander, General Henry Sinclair Horne (1861-1929).¹⁷⁹ The expectations were high in Portugal, judging by a poem written by a man called Belmiro about General Tamagnini:

**He will command our nation
under the army of the allies:
our soldier is brave and wise –
he owns gutsy determination!
It will be an easy enterprise,
nothing will be left to chance.
His fame is known in France:
our soldier is brave and wise.**

**The general knows that in disguise,
Underneath our soldier's clothes,
Live richness and prowess in highs.**

**Restraint and modesty he shows,
But our soldier's brave and wise,
Give him a cause and there he goes.¹⁸⁰**

The troops departed Lisbon for the port of Brest in Brittany, France, from there travelling by train to the Western Front, where they faced the German Sixth Army. Portugal's participation originated several memoirs and diaries in which soldiers and officers wrote about their daily life in the trenches. The food they consumed, while travelling and in the theatre of war, was one of the aspects reported. What was presented to them at the table depended on their rank or where they were stationed – frontline or rear – and it varied enormously; at the same time, a specific vocabulary was created for the food eaten in the barracks.

As tropas embarcaram em Lisboa, aportaram a Brest e daí seguiram por comboio até à frente, onde defrontaram o VI Exército alemão. A participação dos soldados portugueses no conflito bélico deu origem à escrita de diversas memórias e diários, nos quais se fizeram alusões ao quotidiano vivido nas trincheiras. Mesmo os militares com postos superiores relataram algumas vivências relativas aos alimentos consumidos quer em viagem, quer nos palcos de guerra. As diferenças entre as mesas de acordo com as patentes e com a presença na primeira ou na segunda linhas foram muito significativas, ao mesmo tempo que se criou um vocabulário próprio para a comida da caserna.

Uma refeição nas trincheiras portuguesas (1917-1918). Portuguese soldiers having a meal in the trenches (1917-1918).



ARQUIVO HISTÓRICO MILITAR (AHM), PT/AHM/FE/CAVE/AG/11/0302

O convénio luso-britânico, assinado em 3 de janeiro de 1917, estabeleceu que o Governo inglês forneceria às tropas do Corpo Expedicionário Português a ração alimentar que se servia nos setores britânicos. Portugal apenas seria responsável pelo envio de vinho, para portugueses e ingleses, e de café, em substituição do chá. Desde logo, percebe-se que a ração, inicialmente equilibrada, rica e variada – tendo piorado a partir de abril de 1918, em quantidade e em qualidade –, não agradou

186 BRUN, André, *A malta das trincheiras: migalhas da Grande Guerra 1917-1918*. Lisbon: Guimarães Editor, 1923, pp. 22, 36, 48 and 82.

187 ALMEIDA, Humberto de, *Memórias de um expedicionário a França 1917-1918*. Porto: Tipografia Sequeira, 1919, p. 32.

188 On the painter, see SILVEIRA, Carlos, "Eu vi-o na primeira linha": a missão artística de Sousa Lopes contada pelo escritor combatente", *Portugal 1916-1919: da guerra à paz*. Lisbon: Comissão Portuguesa de História Militar, 2018, pp. 345-360.

189 CORTESÃO, Jaime, *Memórias da Grande Guerra (1916-1919)*. Porto: Renascença Portuguesa, 1919, pp. 136-137.

André Brun, commanding major of the 23rd Infantry Battalion in Neuve-Chappelle, incorporated into the British 140th brigade, also mentioned a few meals, yet quite different from those of low-ranking soldiers, called by the Portuguese *lanzudos* (*pongo* by the British), who were not impressed at all by the pickles and tinned meat. He recorded breakfasts with fried eggs, ham, sugared tapioca and beer, and lunches with fried tinned sardines, slices of ham, fried eggs, tinned sweets and tea with condensed milk. These delicacies were consumed in less than smart recipients: "we ate and drink from tin plates and tin mugs; all this is brought to us in tins every evening at dusk by the supplying vehicles,"¹⁸⁶ he wrote.

In his memoirs, officer Humberto de Almeida confessed he was tired of the food supplied by the British, writing about a certain lunch in a trench shelter: "on the table there was toast, jam, slices of cheese to accompany tea and milk; I sat on an armchair made with boxes of corned beef and flicked through several issues of *Bystander*, *Punch* and *Sphere*, where there was plenty of humour on this war made of heroes, corned beef, marmalade, margarine, bacon and pork and beans."¹⁸⁷

Captain Jaime Cortesão, a physician, told of a sumptuous meal in the frontline, prepared by his orderly in honour of the painter Sousa Lopes.¹⁸⁸ He listed dried salted cod shipped from Portugal, potatoes and cabbages taken from an abandoned vegetable garden, as well as pork meat with beans and steak with potatoes and salad. For drinks, there was wine, Port wine, and coffee to finish the meal. The lunch, served in a frontline first aid post, sparked the following commentary, "it is not easy to explain how we managed to obtain all this in that place", and a poem:

**"Cod prepared à la Sousa Lopes
– accompanied by some wines.
All this for our fine war painter,
who bravely came to the lines."**¹⁸⁹

Cantil, talheres e marmitta usados nas refeições dos soldados do Corpo Expedicionário Português na Flandres francesa (1917-1918).
Flask, cutlery and lunchbox used by the soldiers of the Portuguese Expeditionary Corps in French Flanders (1917-1918).



EXÉRCITO PORTUGUÊS/MUSEU MILITAR DE ELVAS

EXÉRCITO PORTUGUÊS/MUSEU MILITAR DE ELVAS



Um certo cansaço da comida fornecida pelos ingleses foi patente nas memórias do oficial Humberto de Almeida que, a propósito de um almoço num abrigo das trincheiras, referiu:

«na mesa dispunham as torradas, o *jam*, as fatias de queijo que haviam de acompanhar o *tea and milk*, sentei-me num *fauteuil* feito de caixas de *corned-beef* e esfolhei os *Bystandres*, *Punchs* e *Spheres*, onde abundam os humores desta guerra de heróis, de *corned-beef*, de *marmelade*, de *margarine*, de *bacon* e de *pork and bens*»¹⁸⁷.

O capitão médico Jaime Cortesão referiu-se a uma opípara refeição nas linhas, em honra do pintor Sousa Lopes¹⁸⁸, preparada pelo seu impedido. Referiu bacalhau vindo de Portugal, batatas e couves obtidas numa horta arruinada; a par de carne de porco com feijões, bifés com batatas e salada. As bebidas foram vinho, vinho do Porto e, para finalizar, café. A refeição, servida num posto de socorros da frente, decorado com ligaduras, foi objeto do seguinte comentário: «o que isto nos custou a conseguir, naquelas paragens, não é fácil contar-se», e deu origem a um poema:

**«Bacalhau à Sousa Lopes,
– O fiel com batatinhas.
Ao vosso pintor da guerra
Que é fiel pois veio às linhas»**¹⁸⁹.

A mesa dos generais era, naturalmente, mais rica. Um diário, da autoria de Fernando Tamagnini, referiu-se em vários momentos às refeições protocolares. Em 9 de dezembro de 1917, precisou mesmo:

«quem ler este diário e vir mencionados jantares e almoços a que tenho assistido por convite, e aqueles para que tenho convidado alguém, poderá julgar que não se faz aqui outra coisa, e estamos em pandega constante. Começo por dizer que, em regra, isso me maça, mas reconheço uma necessidade haver esses convites, para estreitar relações e tomarmos conhecimentos com os vários oficiais que são convidados»¹⁹⁰.



EXÉRCITO PORTUGUÊS/MUSEU MILITAR DE ELVAS

187 ALMEIDA, Humberto de, *Memórias de um expedicionário a França 1917-1918*. Porto: Tipografia Sequeira, 1919, p. 32.

188 Sobre o pintor, cf. SILVEIRA, Carlos, "Eu vi-o na primeira linha": a missão artística de Sousa Lopes contada pelo escritor combatente», *Portugal 1916-1919: da guerra à paz*. Lisboa: Comissão Portuguesa de História Militar, 2018, pp. 345-360.

189 CORTESÃO, Jaime, *Memórias da Grande Guerra (1916-1919)*. Porto: Renascença Portuguesa, 1919, pp. 136-137.

190 *Diário de campanha do General Fernando Tamagnini, comandante do CEP*. Transcrição e estudo de João Vieira Borges, Isabel Pestana Marques, Eurico Gomes Dias. Lisboa: Comissão Portuguesa de História Militar, 2018, p. 249.



ABASTECIMENTO
ALIMENTAR EM
TEMPOS DE ESCASSEZ

FOOD SUPPLY IN
TIMES OF SCARCITY



268 *Século (O) Cómico*, 2nd series, No. 1148, 15 December 1919, p. 2.

Sugar, olive oil and bread were a favourite target of the critics. Even the turkey did not escape humorous comment at Christmas. For example, low-quality bread inspired a change to the words of the Lord's prayer, "give us this day a better bread...", and jokes were made about how it could kill a person if eaten or used to commit suicide. Olive oil was increasingly expensive while its quality deteriorated by the day. Someone wrote an article suggesting hoarders should be punished by being forced to eat 10 or 12 bags of sugar, and hundreds of kilograms of butter or potatoes.²⁶⁸ Another, in a different tone, talked about "human plunder", "beastly" behaviour and the difficulty in reverting the rise in prices:



As dificuldades da população apresentadas de forma humorística. *O Século Cómico*, n.º 1151, 5 de janeiro de 1920, p. 4; n.º 1180, 2 de agosto de 1920, p. 4; n.º 1186, 13 de setembro de 1920, p. 4. The difficulties of the population presented in a humorous way. *O Século Cómico*, No. 1151, 5 January 1920, p. 4; No. 1180, 2 August 1920, p. 4; No. 1186, 13 September 1920, p. 4.

HEMEROTECA MUNICIPAL DE LISBOA



HEMEROTECA MUNICIPAL DE LISBOA

Mesmo após o final do conflito bélico, e não obstante algumas importações recomeçarem, os problemas relativos às dificuldades de abastecimento, à contrafação, ao aumento dos preços dos géneros, à falta de qualidade e aos açambarcamentos persistiram. As filas para adquirir bens de primeira necessidade continuaram e a imprensa não deixou de criticar pela palavra e pela imagem²⁶⁷.

O açúcar, o azeite, o bacalhau e o pão foram os géneros mais visados pela crítica. Pelo Natal, nem o peru escapou ao humor. Por exemplo, a falta de qualidade do pão era responsável por uma alteração popular do catecismo – «o pão nosso de cada dia, dai-nos melhor do que o de hoje...» –, poderia ser usado para cometer suicídio ou ser responsável pela morte de quem o ingerisse. O azeite era cada vez mais caro e de menor qualidade. Entretanto, uma pequena crónica sugeria castigar os açam-

267 Veja-se, por exemplo, *Ibidem*, 2.ª série, n.º 724, 5 de janeiro de 1920, pp. 10-13.

391 On the relevance of the propaganda used by the German and Italian political regimes in Portugal, see, respectively, NINHOS, Cláudia, *Portugal e os nazis...*; SOUSA, Jorge Pais de, *Uma biblioteca fascista em Portugal*. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2007. In the first book, the author mentions the activities of the German Academy (short for Academy for the Scholarly Research and Fostering of German Culture), founded in 1925 at Munich, whose purpose was to promote the German culture abroad by sending teachers to talk at conferences, teach the language and translate books. The second book details the catalogue of the library that is today part of the Italian Research Institute at the Faculdade de Letras of the Universidade de Coimbra, perceived as a tool used by Mussolini to officially spread his fascist propaganda. The Italian state had it clear how important it was to promote ideological material to educate individuals in the big cities, mainly in the academic community.

392 Sebastião Valdez, "Conselhos às mães portuguesas sobre a alimentação dos seus bebés para que estes sejam robustos e saudáveis", *Fémína*, No. 18, 16 March 1934, p. 9.

393 *Ibid.*, No. 20, 30 March 1934, p. 15.

Maternity was the theme for many articles over this period which aimed to prepare women in the education of their children. Sebastião Valdez, another physician, considered infant mortality the biggest problem of the Portuguese people and generally blamed the mothers' poor education. A Germanophile and a self-confessed admirer of Hitler and Mussolini, he believed that the refinement of the race was a "doctrine that admits no controversy", and that "the law on human sterilisation – so often criticised due to the lack of medical knowledge – with which the National Socialist Party intends to improve the physical and intellectual conditions of the race in Germany" was a model to be followed³⁹¹. So were the propaganda campaigns in favour of marriage and birth promoted by both Hitler and Mussolini and he urged Portugal to follow:

"For Portugal to become a great country in the eyes of the world, it is not enough that our history is an outstanding page of heroic facts and glories; it is not enough that our colonial empire is vast and powerful; it is not enough that our economic situation is comfortable and prosperous. It is necessary, it is vital that our race is strong and that, from generation to generation, men grow more robust, healthier and better adapted to the difficult living conditions of this century... and possibly of the centuries to come."³⁹²

Though he did not debate the benefits of physical exercise, Sebastião Valdez iterated his belief that healthy women had the obligation to give birth, as "women's primary task [...] is the reproduction of the species". He defended that "a healthy and robust woman who does not bear a child has failed her duty, has failed to accomplish the honourable task that has been given to her, has disrespected that powerful assignment for which she has been put on earth, and has become a useless loose link, disconnected from the chain of the family."³⁹³ He concluded that "the Church and the State have always worked hand in hand,

Para adquirir elegância

10 minutos de ginástica
todas as manhãs, bastam

Para que uma senhora impeça a invasão das gorduras, obtenha uma linha elegante, mantenha sempre agilidade e flexibilidade em todos os movimentos, para que tenha graciosidade nos gestos e atitudes, deverá, a par de um regime alimentar próprio, seguir os preceitos que vamos indicar:

Levantar-se, depois de dormir não mais de 8 horas; seguidamente, trajando apenas um «maillot» ou somente um pequenino calção, executar os exercícios ginásticos que as nossas gravuras representam, pela ordem por que as gravuras estão numeradas, repetindo cada exercício o número de vezes que vai indicado.

N.º 1—Levantar e descer os braços, lateralmente entre 10 a 15 vezes. Este exercício deve-se fazer primeiro devagar e depois mais rapidamente.

N.º 2—Curvar-se pela cin-

tura e descrevendo com os braços levantados um círculo, tocar os pés com as pontas dos dedos. Este exercício é feito vagarosamente, sem curvar as pernas nem deslocar os pés, umas 8 a 16 vezes.

N.º 3—Assentando as mãos na cinta, curvar-se pelos joelhos até quasi se sentar nos calcanhares. Este exercício é feito lentamente, umas 6 a 12 vezes.

N.º 4—Estender os braços e descrever com eles, simultaneamente, círculos máximos. Repetir o exercício cadenciadamente entre 8 a 16 vezes.

N.º 5—Abrindo as pernas e afastando os pés procura-se uma posição bem firme. Em seguida, com os braços estendidos horizontalmente, sem deslocar os pés, volta-se o corpo, pela cintura, ora para a direita, ora para a esquerda, uma 20 a 30 vezes.

N.º 6—Pés juntos e mãos na cinta, elevar alternadamente as pernas e estendê-las para a frente até ficarem horizontais. Este exercício faz-se lentamente entre 6 a 12 vezes.

N.º 7—Estendendo os braços para a frente até unirem, descrever com cada um deles um quarto de círculo para o lado. Repetir este exercício 15 a 20 vezes.

N.º 8—Sentada no chão com as pernas unidas e estendidas para a frente, curvar o corpo pela cintura até tocar com os dedos nas pontas dos pés. Repetir 8 a 12 vezes.

N.º 9—Estendida no solo, levantar alternadamente cada perna até ficar vertical. Repetir o exercício 15 a 20 vezes.

N.º 10—Estendida no solo, mas de bruços, apoiando-se nas pontas dos pés e nas palmas das mãos, erguer vagarosamente o corpo umas 8 a 12 vezes.

N.º 11—Também estendida no solo, porém de costas, descrever, umas 20 a 30 vezes, com cada perna, rapidamente, um movimento idêntico ao que se faz quando se anda em bicicleta.

N.º 12—De pé, levantando os braços verticalmente acima da cabeça, mantendo as pernas firmes, inclinar-se pela cintura, ora para a direita ora para a esquerda, vagarosamente, umas 20 a 30 vezes.

Terminados estes dōze exercícios tomar um banho apenas morno e, em seguida, comer o pequeno almoço.

Se após o pequeno almoço poder dar um passeio de dois quilómetros em passo certo e regular, obterá ainda melhor resultado.

Femina — 16 —

Esquema de 12 exercícios para as senhoras fazerem matinalmente em casa. *Fémína*, n.º 25, 4 de maio de 1934, p. 16. An article with 12 exercises that women could do at home every morning. *Fémína*, No. 25, 4 May 1934, p. 16.

411 *Ibid.*, No. 71, 1 December 1928.

412 *Ilustração Portuguesa*, 2nd series, No. 713, 20 October 1919. Another half-page advert reiterates this. See *Ibid.*, 2nd series, No. 716, 10 November 1919.

cies and drug stores. It was classified as food and aimed at all kinds of people: healthy, sick, convalescent, elderly, wet nurses and breastfeeding mothers.⁴¹¹

Mothers were also encouraged to take products to boost their milk supply. These adverts were usually signed by doctors, to give them credibility. A good example was *Vitalose*, which had a whole page advert in a magazine in 1919, with the title “this will bring up plenty of milk, and immediately”. It also criticised the use of “mercenary nurses” and included the testimonies of no less than eight physicians from different parts of the country – Albergaria, Alcanede, Barcelos, Funchal, Porto (two, one of them the naturist Amílcar de Sousa), Santarém, Vila Nova de Gaia – who validated the product. In some cases, health professionals attested to the success of the product after their spouses had taken it.⁴¹² The advertising of this particular product continued during the following decades.

Some products’ advertisements supplied extensive information about their features and their relevance, specifying how they should be taken – a sign that their use was not widespread. That was the case of *Ovomaltine* and *Kellogg’s*. Both brands used health arguments as an argument for their consumption. *Kellogg’s* even argued that the cereals could perfectly substitute a meal with the addition of fruit or milk, in which case Mum would not have to cook at all.

Anúncio dos Corn Flakes da Kellogg’s.
Ilustração, n.º 11, 1 de junho de 1933.
Advert to Corn Flakes by Kellogg’s.
Ilustração, No. 11, 1 June 1933.

Quando não ha tempo para uma refeição quente

Se experimentar uma vez **KELLOGG'S** Corn Flakes, torna-se um alimento usual em sua casa. Todos gostam de **KELLOGG'S** – velhos e novos – e são muito uteis quando não ha tempo para fazer uma refeição quente.

Feitos do delicioso e nutritivo coração de milho fornecem valiosas qualidades nutritivas. Não é preciso cozinhar. Servem-se directamente do pacote com leite frio ou nate, assucarando-se segundo o paladar. Também se pode juntar frutas frescas ou compota.

Exija em todos os bons estabelecimentos o pacote

VERDE E VERMELHO



Kellogg's

CORN FLAKES

DEPOSITARIOS EXCLUSIVOS EM PORTUGAL:
FIGUEIRA & ALMEIDA — Rua da Madalena, 88—Lisboa

HEMEROTECA MUNICIPAL DE LISBOA

Alguns apresentaram extensas informações acerca das características dos produtos e da sua importância, referindo como se deveriam consumir, tornando claro que eram géneros de divulgação ainda limitada. Vejam-se os casos das marcas *Ovomaltine* e *Kellogg’s*. Ambas apelam a questões de saúde para recomendar o consumo. A segunda marca refere a substituição de uma refeição através do consumo dos cereais, podendo-se juntar fruta ou leite, salientando ainda que a dona de casa não teria necessidade de cozinhar.

VEGETARIANISM: AN ALTERNATIVE

413 TWIGG, Julia, *The Vegetarian movement in England (1847-1981): A study in the structure of its ideology* [Online]. London, 1981. Doctorate dissertation, London School of Economics. Retrieved from: <<http://ivu.org/history/thesis>> [Accessed 10 January 2016]; DAVIDSON, Alan, *The Oxford companion to food*. 2nd edition. Oxford: Oxford University Press, 2006, p. 826.

414 QUÉDRAOGO, Arouna P., "Les origines du végétarisme en Grande-Bretagne à la fin du XVIII^e siècle" [Online]. Retrieved from: <www.lemanger-ocha.com> [Accessed: 10 January 2016]; MILLER, Ian, "Evangelicalism and the early vegetarian movement in Britain c. 1847-1860", *Journal of Religious History*. Malden (Massachusetts). Vol. 35, 2011, p. 154.

415 *Vegetariano* (O), vol. 2, No. 1, 1911, pp. 27-34; *Almanaque vegetariano ilustrado de Portugal e Brazil*, No. 1, 1913, pp. 87-93.

416 *Ibid*, Vol. 2, No. 12, 1912, p. 500. Note that in France, in 1910, the French Vegetarian Society had 765 members, a very low number considering it was founded before its Portuguese equivalent and France had a much larger population. See BAUBÉROT, Arnaud, *Histoire du naturisme: le mythe du retour à la nature*. Rennes: Presses Universitaires de Rennes, 2004, p. 142.

417 BRAGA, Isabel Drummond, *Das origens do vegetarianismo...*

The ideas behind a meat-free diet have been around since antiquity. However, the expression *vegetarianism* was coined at the end of the 1830s and the theory behind it began to spread in 1847, when The Vegetarian Society was created in Ramsgate, England.⁴¹³ The dissemination of its ideas was made via a journal, *The Vegetarian messenger*, with articles emphasising the moral and spiritual benefits of not eating meat.⁴¹⁴ The Vegetarian Society sparked the creation of many similar organisations in Europe and around the globe: United States of America (1850), Germany (1867), Austria (1879), Switzerland (1888), New Zealand (1892), Australia (1886), France (1899), The Netherlands (1900); and in the twentieth century, Russia (1903), Sweden and Norway (1906), Greece (1908), Spain, Switzerland, Belgium and Austria (1909), Hungary and Portugal (1911), and Italy (1952). This is testimony to the spread of vegetarianism as an independent doctrine, although not totally devoid of disagreement amongst its adherents, which will culminate in the creation of the Vegan Society in 1944.

In Portugal, vegetarianism grew through the actions of a group of members of the Sociedade Vegetariana de Portugal, legally constituted in Porto on 1 March 1911,⁴¹⁵ and the organization's journal (irregularly published), *O Vegetariano* (1909-1935), directed by Dr Amílcar de Sousa (1876-1940), with 26 issues between November 1909 and December 1935. Another shorter-lived magazine was published between 1913 and 1922, *Almanaque vegetariano*, seemingly with the aim to glorify naturism, growing in popularity at the time, and attract more people to it. At the end of its first year, in 1912, *O Vegetariano* revealed that the Sociedade Vegetariana de Portugal had 955 members.⁴¹⁶ Until 1915, the magazine published information on the names of all the association's members and their total: 895 in 1912, 2,838 in 1913, 2,916 in 1914 and 4,018 in 1915.⁴¹⁷ From then onwards, there is no more specific data on this.

There was a clear link between vegetarianism and naturism. After all, enthusiasts of both disciplines defended similar ideas:

BIBLIOTECA NACIONAL DE PORTUGAL



Capa de *O Vegetariano* de 1909 e frontispício do de 1911. Cover of the 1909 issue of *O Vegetariano*, and frontispiece of the 1911 issue.

VEGETARIANISMO: UMA PROPOSTA ALTERNATIVA

Ideias relativas à defesa de uma alimentação sem carne estiveram presentes desde a Antiguidade. Porém, o termo «vegetariano» nasceu no fim dos anos de 1830 e generalizou-se, a partir de 1847, com a criação da Vegetarian Society, em Ramsgate (Inglaterra)⁴¹³, que teve como órgão de difusão das suas ideias o *The vegetarian messenger*, periódico em que muitos artigos enfatizaram os benefícios morais e espirituais da abstenção do consumo de carne⁴¹⁴. Esta associação influenciou o aparecimento de outras similares, dentro e fora da Europa: Estados Unidos da América (1850), Alemanha (1867), Áustria (1879), Suíça (1888), Nova Zelândia (1892), Austrália (1886), França (1899), Holanda (1900) e, já no século xx, Rússia (1903), Suécia e Noruega (1906), Grécia (1908), Espanha, Suíça, Bélgica e Áustria (1909), Hungria e Portugal (1911) e Itália (1952), testemunhando o crescimento do vegetarianismo enquanto doutrina autónoma, embora não isenta de divergências no seu seio, a maior das quais irá dar origem à Vegan Society, em 1944.

Em Portugal, o vegetarianismo ganha relevância com um conjunto de pessoas e de ações levadas a cabo pela Sociedade Vegetariana de Portugal, fundada no Porto pelo comité da revista de periodicidade irregular *O Vegetariano* (1909-1935), publicação que tem como estatuto-programa um documento assinado em 1 de março de 1911⁴¹⁵, e que funcionou como órgão da mesma Sociedade. Dirigida pelo médico Amílcar de Sousa (1876-1940), *O Vegetariano* publicou-se entre novembro de 1909 e dezembro de 1935, tendo saído 26 números. Uma outra revista de menor longevidade irá juntar-se, o *Almanaque vegetariano* (1913-1922), cujos objetivos parecem ter sido glorificar o naturismo, então em crescimento no país, e conseguir mais adeptos. Exatamente no final do primeiro ano da Sociedade Vegetariana de Portugal, ou seja, em 1912, *O Vegetariano* esclareceu que havia 955 sócios⁴¹⁶. Até 1915,

413 TWIGG, Julia, *The Vegetarian movement in England (1847-1981): A study in the structure of its ideology*. [Em linha]. Londres, 1981. Tese de doutoramento apresentada à London School of Economics. Consultado em: 10 de janeiro de 2016. Disponível em: <<http://ivu.org/history/thesis>>; DAVIDSON, Alan, *The Oxford companion to food*. 2.ª edição. Oxford: Oxford University Press, 2006, p. 826.

414 QUÉDRAOGO, Arouna P., «Les origines du végétarisme en Grande-Bretagne à la fin du XVIII^e siècle». [Em linha]. Consultado em: 10 de janeiro de 2016. Disponível em: <www.lemanger-ocha.com>; MILLER, Ian, «Evangelicalism and the early vegetarian movement in Britain c. 1847-1860», *Journal of Religious History*. Malden (Massachusetts). Vol. 35, 2011, p. 154.

415 *Vegetariano* (O), vol. 2, n.º 1, 1911, pp. 27-34; *Almanaque vegetariano ilustrado de Portugal e Brazil*, n.º 1, 1913, pp. 87-93.

416 *Ibidem*, Vol. 2, n.º 12, 1912, p. 500. Retenha-se que na França, em 1910, a Sociedade Vegetariana Francesa contava com 765 sócios, número muito escasso para uma agremiação fundada antes da sua congénere portuguesa e num país cuja população era muito mais numerosa. Cf. BAUBÉROT, Arnaud, *Histoire du naturisme: le mythe du retour à la nature*. Rennes: Presses Universitaires de Rennes, 2004, p. 142.

WRAP-UP

Between 1914 and 1945, there were considerable changes in the daily life of the Portuguese people. Both wars and the interim period brought poverty and prosperity, but they also brought the simplification and swiftness of the practices of everyday life. These were years of emerging technical innovations that made life easier for housewives: resources, such as the expansion of gas and electricity networks, and electrical appliances revolutionised some of Portugal's households. Amongst the middle classes, the number of courses served at a meal tended to decrease, whether it was a special or an everyday meal, which is closely linked to food shortages, particularly over wartime. The number of servants decreased too, whilst the means of transport and communication became quicker and more efficient. Concerns over personal hygiene and public health awareness increased, but the gap between rural and urban areas and the poor and wealthy continued to be shockingly wide.

Women, on the other hand, began a slow process of self-assertiveness. In Portugal, unlike other countries, the First World War had not propelled them into the labour market. Many embarked on the usual charity activities and others, such as feminists, were impelled to raise their voices in support of the war effort, making it clear that women were capable of replacing men in the employment world. However, in the 1920s and 1930s, the aspiration of the majority of women was still to get married and perform the traditional roles of good wife, mother and housewife in an exemplary fashion. Dreams of getting a job and financial independence were shared by a small minority of women and generally regarded with distrust by other women and by men. Generalist magazines, women's magazines and most literature aimed at women sought to inform, distract and teach, omitting from its pages political and social issues and focusing on the subjects that raised the most interest: fashion, childcare, food and housekeeping. The greatest changes would arrive later, after the Second World War.

EM JEITO DE BALANÇO

De 1914 a 1945, deram-se relevantes alterações na vida quotidiana dos portugueses, como dos restantes povos. Quer as duas guerras mundiais quer as décadas entre ambos os conflitos bélicos conheceram pobreza e riqueza, mas também simplificação e maior rapidez em todos os procedimentos do dia-a-dia. Foram anos que presenciaram inovações técnicas suscetíveis de facilitar a vida das donas de casa com alguns recursos, pois a instalação das redes de gás e eletricidade, a par da ainda que tímida entrada dos eletrodomésticos, revolucionaram alguns dos lares portugueses.

Entre a burguesia, caminhou-se para a diminuição do número de pratos por refeição – quer nas de dias de festa, quer nas quotidianas –, o que se relaciona diretamente com a escassez, em especial durante os períodos de guerra, e também para o decréscimo do número de serviçais, ao mesmo tempo que os meios de deslocação e as formas de comunicar se tornam mais rápidos e eficazes. Cresceram os cuidados de higiene individual e de saúde pública, mas as assimetrias, quer entre os meios rurais e os urbanos, quer entre os grupos com mais ou menos recursos, continuaram a ser gritantes.

Entretanto, as mulheres, muito lentamente, foram-se afirmando. Se em Portugal a Grande Guerra, ao contrário do que aconteceu em outros países, parece não as ter catapultado vigorosamente para o mercado de trabalho, também é verdade que não as deixou indiferentes, levando-as quer às habituais práticas caritativas quer, no caso das feministas, a elevar as vozes exortando o apoio ao esforço de guerra e tornando claro que estavam capacitadas para substituir os homens em contextos laborais. Nos anos de 1920 a 1930, contudo, o ideal da maioria continuava a ser conseguir casar e desempenhar de forma exemplar as tradicionais tarefas de boa esposa, boa mãe e boa dona de casa. As ideias de trabalho e independência financeira só tocavam uma pequena minoria, olhada com desconfiança por homens e mulheres.

As revistas, quer generalistas quer sobretudo as que se destinavam apenas às mulheres, a par de boa parte da literatura destinada ao sexo feminino, procuravam informar, distrair e disciplinar, arredando das suas páginas notícias sobre problemas políticos e sociais e concentrando-se nos temas que mais interesse continuavam a suscitar: a moda, a puericultura, a alimentação e a economia doméstica. As grandes mudanças só chegariam no período após a Segunda Guerra Mundial.



APPENDIX A FAMILY DINNER (1927)⁵⁰⁶

⁵⁰⁶ *Jornal (O) da Mulher*, No. 179, 1927, p. 366.

⁵⁰⁷ In this menu, the suggested lunch consisted of grilled red mullet with melted butter, veal breast Gerês style, beef sirloin rolled in potato mash, and fruit, dessert, and coffee.

O Jornal da Mulher was one of the various publications that proposed menus for family meals to readers, as previously mentioned. Lunches were a temperate, modest affair when compared to dinners⁵⁰⁷, which were privileged moments for families to gather, talk and appreciate the food unhurriedly. The magazine mentions that the menus ended with “fruit, dessert, coffee, etc.” and supplied the recipes. Here is an example of the kind of dishes that composed a dinner menu, typically one for families that were well-off. Note that only dessert is presented separating the ingredients and the method of preparation.



(PP. 342-347) THE BOOK OF HOUSEHOLD MANAGEMENT BY MRS. ISABELLA BEETON, 1861. WELLCOME LIBRARY.

Dinner

Prawn bisque

Boil the prawns in water and then smash their heads, tails and shells in the mortar, splashing them with a bit of water from their cooking. Bring the mush to the boil with the rest of the water, one ripe tomato, a few finely chopped turnips and carrots and, as soon as everything is tender, mash it all with a hand pulper. Add the bodies of the prawns to this new mush, add some salt, pepper, a little bit of white wine and just enough water and bring it to the boil again. As soon as everything is combined and boiling, pour the broth over morsels of fried or toasted bread and serve.

APÊNDICE UM JANTAR EM FAMÍLIA (1927)⁵⁰⁶

Como foi referido anteriormente, entre as várias publicações que propuseram às leitoras ementas para refeições familiares, contou-se *O Jornal da Mulher*. Se os almoços se pautavam por uma maior sobriedade comparativamente aos jantares⁵⁰⁷, estes constituíam momentos privilegiados de reunião familiar, durante os quais se conversava e se apreciava a comida sem pressa. A revista indicava a ementa que terminaria com «fruta, doce, café, etc.» e fornecia as receitas. Vejamos um exemplo do tipo de pratos que compunham um jantar, preparado nas cozinhas de quem tinha meios económicos. Repare-se que apenas a sobremesa apresenta a separação entre ingredientes e modo de preparação.

⁵⁰⁶ *Jornal (O) da Mulher*, n.º 179, 1927, p. 366.

⁵⁰⁷ Nesta ementa, o almoço proposto era constituído por salmonetes grelhados com manteiga derretida, peito de vitela à gereziana, lombo de vaca enrolado em polme de batata, além de fruta, doce e café.



Jantar

Sopa de camarão

Coze-se o camarão e pisam-se as cabeças, caudas e cascas, no almofariz, molhando-se com o caldo respetivo. O polme resultante leva-se ao lume com o resto do caldo, um tomate maduro, cabeças de nabos e cenouras cortadas miúdas e, em estando tudo cozido, passa-se por um passador, depois do que o novo polme vai outra vez ao lume, juntando-se-lhe os corpos dos camarões, sal, pimenta, algum vinho branco e água suficiente, lançando-se o caldo formado sobre o pão frito ou torrado, em bocadinhos, e servindo-se em seguida.