P6 paladar 19 A 25 DE MAIO DE 2011 O ESTADO DE S. PAULO



Mari-mari, camu-camu, biribá, uxi... Não parecem nomes para se dizer à mesa, como pêssego e maçã. Mas são. Trata-se de puro bugre, nomes de frutas selvagens das funduras amazônicas. Conheça essas nativas saborosas

TAPEREBÁ

Spondias mombin

сомо É Fruto de 3 cm, casca fina, lisa e caroço carnoso (com até cinco sementes). No Nordeste, é chamado de cajá - não há consenso sobre sua origem, mas pela variedade de espécies acredita-se que tenha surgido

mesmo na floresta amazônica. É cada vez

mais difícil encontrá-lo in natura COMO SE ABRE Descasca-se com faca COMO SE COME De polpa agridoce, dá excelentes refrescos, doces, sorvetes e geleias

Como como o camu-camu?

Olívia Fraga / BELÉM DO PARÁ

Ela vem toda de preto, óculos de grau, meia-calça cor da pele e sandália de dedo. Carmelita dos Passos Rocha, 62 anos, empertigouse para conversar com a reportagem do *Paladar*, braço esquerdo apoiado nos caixotes de frutas de sua banca no Ver-o-Peso, em Belém, como quem quer demonstrar poder e ciência sobre aquele reino colorido e perfumado.

D. Carmelita é a única vendedora que vende frutas nativas no mercado o ano inteiro. Antigamente as pessoas iam ao Ver-o-Peso para conhecer maçã, pera, mamão. "Havia muitas Carmelitas. Hoje, o próprio belenense visita o mercado para conhecer as frutas do seu lugar", diz o professor José Edmar Urano de Carvalho, pesquisador da Embrapa-Amazônia Oriental.

Antes de ter a barraca na área externa do mercado de peixe, ela trabalhou em indústria de algodão e bateu castanha-do-pará numafábrica pequena, perto do bairro dos Jurunas, onde mora até hoje. Pequenina e magri-

cupuaçu ao ingá-chinela

O jornalista e fotógrafo Silvestre

Silva herdou o papel que coube

aos missionários e aventureiros

nos séculos passados. Sua aven-

tura amazônica começou há 30

anos e, desde então, ele não con-

segue ficar longe da floresta. O

interesse nos livros de botânica

brasileira, caçados em sebos e li-

vrarias, inspirou mais uma de

suas obras: Frutas da Amazônia

Brasileira. Recém-lançado pela

Mateiro. Silva na Amazônia

Entrevista*

'O belenense já não

conhece suas frutas'

Silvestre Silva, jornalista e fotógrafo

nha, machucou-se com o instrumental da profissão nas duas ocasiões. Foi com o dinheiro das duas indenizações que comprou a banca do Ver-o-Peso, 42 anos atrás, sonhando fazer dinheiro com a venda de bananas. "Todo mundo só queria comer banana e maçã. Ninguém pedia as frutas da terra porque não dava muito trabalho conseguir. Era ir para dentro do mato e 'caçar'", conta d. Carmelita. Para ela, na época o Ver-o-Peso tinha muito mais charme.

Por quase 20 anos, sustentou os cinco filhos comercializando bananas e maçãs. Até que um paraense perguntou se ela trazia cupuaçu e tucumã. No dia seguinte, lá estava ela com as frutas. A partir daí, a maçã desapareceu rapidinho da banca; a banana, não.

Mas ela não vende só da nanica. Tem pelo menos outros quatro tipos. Fora bacaba, açaí, ingá-chinela, bacuri-pari, cajuru, taperebá. A mercadoria chega da Ilha das Onças, do Papagaio, Barcarena, do brejo do Guaja-

> Carmelita. Da maçã ao tucumã



Tem. Taperabá? Ingá-chinela? Só na banca da Carmelita

rá; e as polpas são feitas pela irmã.

E essa porção de frutos escuros, semelhantes a pedras, pouco atraentes, tem saída? "Sim, tem quem queira. É patauá, buriti seco, para enfeitar, curar dor de dente, dor de cabeça, ou pra extrair essência para ficar perfumosa."

A REPÓRTER VIAJOU A CONVITE DO FESTI-VAL VER-O-PESO DA COZINHA PARAENSE

apesar de o mundo ter desco-

berto o açaí, ele não sumiu por

Qual é o risco para as frutas da



CUPUAÇU

Theobroma grandiflorum сомо É Os frutos ovalados e de casca dura chegam a pesar 3 kg e são tão perfumados que um cupuaçuzeiro se descobre à distância. O que interessa no fruto é a polpa amarelo-esbranquiçada, que lembra a do cacau. Tem muitas sementes, intrinsecamente coladas à polpa **COMO SE ABRE** Com pancadas dadas com as costas de um cutelo ou com o cabo do martelo COMO SE COME Do mesmo gênero do cacau (Theobroma cacao), as sementes são usadas de forma semelhante às desse fruto, para fazer cupulate. A polpa é usada em pratos doces e salgados



<mark>сомо É</mark> Fruto da palmeira de onde se extrai o palmito, tem casca fina, polpa alaranjada e gosto que lembra o da castanha portuguesa e a textura da batata-doce. A semente é miúda, mas já há variedades 'melhoradas', sem sementes

COMO SE ABRE Há frutos macios, oleosos e fáceis de descascar em que a casca é removida com os dedos; outros são fibrosos e exigem uso de faca

COMO SE COME A fruta, que não é doce, é cozida presa ao galho, em água fervente e com sal. É comida pura, com manteiga, mel e geleias





BACABA

Oenocarpus bacaba COMO É Parece com o açaí e o substitui na entressafra. A casca é manchada; e a polpa, verde-acinzenta-

COMO SE ABRE Casca indivisível da polpa; não se descasca para comer COMO SE COME O vinho de bacaba é processado como o do açaí; de sua semente se extrai óleo



Se não é 'limonada', então é 'vinho'

O contato entre índios e brancos forjou linguajar próprio para os subprodutos das frutas amazônicas. Elas mantiveram seu nome tupi original, mas foi o viajante europeu quem classificou o suco. Ácido ou amargo, é limonada (chamam assim qualquer suco feito com frutas locais); adocicado ou encorpado, vinho. Por causa do corpo de veludo, os "vinhos" de frutas amazônicas fazem companhia a pratos salgados. O açaí dos marombados no Sudeste é café da manhã, almoço e jantar em Belém, servido com peixe frito e farinha. Como tem pouca polpa e um grande caroço, primeiro a fruta é colocada em água morna para amolecer. O que sobra,

é vinho. O patauá é beneficiado

como o açaí. Seu sumo lembra um achocolatado oleoso, bebido como suco em Rio Branco, no Acre. O vinho de tucumã, tanto no Amazonas quanto no Pará, é consumido com peixe ou num refogado mais rico, a canhapira (leia à pág. 7), na Ilha do Marajó. Do fruto da palmeira pupunha também se extrai um vinho, o caxiri. Depois de cozida, a pupunha é ralada e macerada, com casca e tudo, até virar uma pasta. Em seguida, é coada e posta para fermentar com água por pelo menos duas horas. O chibé, caldo ralo feito com água e farinhas d'água ou tapioca, pode receber qualquer um dos vinhos de frutas amazônicos, desde que as frutas estejam bem maduras. / O.F.

região? O extrativismo está ameaçado pela indústria madeireira e o po-Metalivros, traz excelente docu-

completo. Por enquanto.

der público não protege as árvores. Mas me preocupo também com a morte da cultura indígena. O cidadão de Belém já não sabe o que são suas frutas. Ninguém quer entrar na floresta para descobrir nada, a geração que nasce nas cidades olha para fora, não para dentro. Filho de mateiro quer ganhar dinheiro, não vai estudar a floresta. Receio que aconteça com o açaí, o buriti e o bacuri o que ocorreu com o caju no Nordeste, a mangaba, que dominava a periferia de Recife. Hoje nada disso existe mais.

Como começou a se interessar

pelas frutas amazônicas? Sempre gostei de ler. E o Brasil tem um descaso absurdo com livros. Mas um dia me peguei relendo Euclides da Cunha, Guimarães Rosa, Gilberto Freyre. Eles falam de plantas e frutas de que ninguém mais ouve falar. Minhas idas à Amazônia foram por curiosidade. Imagine minha surpresa ao descobrir um cemitério de sementes de tucumã em Manaus – a população sabe que dá para aproveitar a semente, mas não tem tecnologia e a descarta. / **o.f.**

É tudo doce

Cremes e sorvete Para comer fruta de se esbaldar, no Norte se costuma bater as polpas no liquidificador com creme de leite e leite condensado. Os cremes de bacuri, de taperebá e de biribá, superdoces, podem ser gelados por dias e são vendidos nos mercados das cidades. Apesar de difíceis, os frutos das palmeiras (açaí, bacaba), se forem amaciados com água morna, também dão bons cremes. A massa pode ser usada em bolos, tortas e é base de sorvetes. Em Belém, os gelados da sorveteria Cairu (vendidos na Feira Moderna, em SP), aberta na década de 1960, e a "dissidente" Ice Bode, criada em 1996, transformam pol-

pas ácidas em delícias. /O.F.

Endopleura uxi сомо É Fruto com uma ou duas bradiça. Pode ser removida com faca, mas na Amazônia se come a fruta com casca e tudo

COMO É Parente do pequi, o fruto dá em ár-

vores de até 50 m de altura. Tem polpa amarelada e densa e caroço com semente rica em vitaminas. Corre risco de extinção COMO SE ABRE Com faca, rompendo toda a extensão da casca, ou batendo para rachar **COMO SE COME** A semente é comida cozida; a polpa, in natura – e rende doces e licores



mentação histórica e fotográfica Em livro recém-lançado, sobre uma centena de frutas reo jornalista e fotógrafo gistradas pelas lentes do autor. Silvestre Silva documen-Em São Paulo, Silva conversou ta frutas da Amazônia, do com o Paladar:

Qual foi sua grande descoberta

na Amazônia? Acho que foi o açaí, na década de 80. Escrevi sobre ele em meu primeiro livro, em 1991. Estar no mercado Ver-o-Peso para ver a chegada e a venda da fruta é muito emocionante, porque a gente se sente um forasteiro, um estrangeiro. A língua é outra, o valor de compra não é em quilo, é em vaso, em saca.



FRUTAS DA AMAZÔNIA BRASILEIRA Autor: Silvestre Silva. Editora: Metalivros (280 págs., R\$ 150, na Livraria Cultura)

CAMU-CAMU

Myrciaria dubia

сомо É Os frutinhos típicos de áreas alagadas dão em bagas e têm pele lisa, com bastante polpa COMO SE ABRE Parecido com a uva, não se remove a casca

COMO SE COME É a fruta mais rica em vitamina C do mundo. A polpa tem sido exportada para o Japão. É comida in natura, chupada como uva, e em sucos

BACURI

Garcinia madruno

сомо É Tem a casca grossa, mas geralmente fácil de cortar. Suas duas ou três sementes são envoltas por uma polpa esbranquiçada COMO SE ABRE Com faca, passando a lâmina em todo o diâmetro da fruta para não destruir a polpa, ou com leve golpe de martelo

COMO SE COME Perfumada, a polpa é um pouco ácida, mas se come in natura. Riquíssima e versátil, é usada para fazer sorvetes, doces, cremes e sucos. Camarão ao molho de bacuri é prato marcante da culinária belenense

UXI

sementes. A polpa doce se esfarela facilmente COMO SE ABRE A casca é fina e que-

COMO SE COME Os povos da floresta vão roendo o fruto farelento até o caroço. Foi "comida de pobre" por séculos, até a indústria de sorvetes descobrir a riqueza da polpa. Do caroço e da casca se extrai óleo

PEQUIÁ

Caryocar villosum

19 A 25 DE MAIO DE 2011 | **paladar** | P7 O ESTADO DE S. PAULO

> **Açaí.** Frutos são batidos em minúsculos comércios,

instalados em condições

precárias

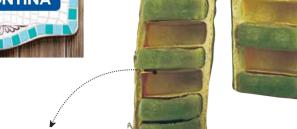
POUCA POLPA

MUITO CAROCO Fruta amazônica tem casca grossa, pou- só 10% de polpa. A profusão de caroços planta. São grandes, oleosos e numero- semente esteja preparada para o sol ca polpa e é repleta de caroços. O bacu- tem a ver com a dispersão do fruto. Ga- sos, pois, para germinar na terra alaga- e a chuva abundante. A oleosidade dela ri tem 70% de casca, 20% de semente e rante a possibilidade de reprodução da da e pouco nutritiva, é preciso que a

é o jeito de armazenar energia. / O.F.

Texto. A 'feijoada marajoara' estadao.com.br/paladar





MARI-MARI

Cassia leiandra

COMO É Semelhante a uma vagem, tem até 7 cm de comprimento e polpa verde transparente envolvendo as sementes. Tem gomos que lembram comprimidos COMO SE ABRE Com faca, ou rompendo ao meio com as mãos

COMO SE COME Parece ingá: 'drops' de polpa ácida e cítrica, são comidos in natura



BURITI

Mauritia flexuosa COMO É Inconfundível, é fruto de pal-

meira amazônica. Casca avermelhada e polpa oleosa COMO SE ABRE Deve-se imergir os frutos em água morna por 20 a 30 minu-

tos. A casca é removida com faca ou colher, expondo a porção comestível COMO SE COME A 'puqueca' é a raspagem do coco de buriti para retirar a polpa. Comido in natura, em mingaus ou processado com água para o vinho de buriti, tomado com ou sem acúcar. acompanhado de farinha de mandioca



Rollinia mucosa

СОМО É Tem casca amarela e molenga. Cada semente é encapsulada por polpa abundante. Doce, lembra atemoia e fru-

mente com as mãos **COMO SE COME** Comendo a polpa diretamente do fruto



TUCUMÃ-DO-PARÁ

сомо É Tem polpa fibrosa, delgada, tinge os dedos de laranja. Há outra espécie encontrada na Amazônia, Astrocaryum aculeatum, tida como a de polpa mais crocante e doce, de casca áspera

dedos, descascando-se como uma banana,

COMO SE COME A polpa pode ser comida in natura ou macerada para fazer vinho de tucumã, caldo rico e alaranjado consumido como suco ou molho em pratos salgados.



ta-do-conde COMO SE ABRE Abre-se facil-



Opinião: Pedro Martinelli

Depois do freezer, a Amazônia não é mais a mesma

produção de frutas do mato na Amazônia nuncateve escala para consumo em comércioregular. As bancas do mercado são abastecidas pelos caboclos que vêm do interior com produtos para trocar, por isso já foi mais fácil ver frutas expostas com sacos de cimento em casas de materiais de construção. Mas agora as frutas sumiram. O pobre turista vai penar se quiser ver o fruto do taperebá do suco que está tomando.

Depois do freezer, a Amazônia não é mais a mesma. As frutas agora são a polpa congelada e empacotada. O cupuaçu, que é fruta grande e pesada, muitas vezes é quebrado dentro do mato, perto da árvore de onde caiu; e a polpa é retirada precariamente, colocada em latas impróprias e transportada debaixo do sol.

O nosso deslumbramento, o nosso olhar sobre a Amazônia encurta o horizonte, atrapalha e não deixa melhorar a qualidade de vida e dos produtos que hoje poderiam ter um tratamento mais de acordo com as normas de higiene. Toda vez que aterrissamos na Amazônia, o olho fica abobado e é incapaz de ver que o homem que está batendo açaí trabalha sobre o esgoto. E, não sei por que, não conseguimos ser críticos e continuamos falando das araras, das frutas e dos índios, como se lá ainda fosse o paraíso. Os eternos clichês exóticos que tanto adoramos. O viajante quando aterrissa não se dá conta de que o que sobrou das frutas "exóticas" foram as placas com os nomes dos sorvetes nas sorveterias e mais nada.

Um passeio para entender a Amazônia real que eu recomendo há mais de 30 anos é ir ao porto da Palha, a cinco minutos do Hilton Hotel, em Belém. O sujeito vai ver dezenas de "batedores" de açaí, que são minúsculos comércios estabelecidos em palafitas em cima do esgoto. Preste atenção nas travessas que saem da avenida e, como sugestão, lembre-se da palavra sustentabilidade, que você ouve diariamente.

Nossos chefs poderiam dar uma bela mão, mas só pensam em técnica e produto. Gente, geografia e história, nas contas deles, não fazem parte da gastronomia. São desinformados e dificilmente tiram os pés de suas praças para conhecer a realidade brasileira. É mais confortável e produtivo rodar a baiana como uma Carmen Miranda e seu tabuleiro de frutas exóticas nos centros da moda gastronômica mundo afora que conhecer a fundo a roça brasileira.

★ É FOTÓGRAFO E VIAJA À AMAZÔNIA HÁ 40 ANOS

MURICI

Byrsonima crassifolia COMO É Fruta pequena, bastante perecível, com caroços e polpa com sabor que lembra queijo COMO SE ABRE A casca é uma película delgada, quase imperceptível. Não é necessário tirar O SE COME Também chama do de muruci, é consumido in natura sem se remover a casca

Astrocaryum vulgare

COMO SE ABRE A casca é removida com os

ou com a ajuda de faca

Do caroço se extrai um óleo

SEM LOGÍSTICA

Em São Paulo, cupuaçu 'amazônico' é da Bahia

Encontrar fruta amazônica em À exceção do acaí cuia polpajá São Paulo é raro. Vez ou outra as mais resistentes, como cupuaçu, chegam à Ceagesp e ao Mercado Municipal. Mas a entrega é esporádica e depende do interesse das cooperativas em enviar para cá algo que pode ser vendido mais caro fora do País.

Pormuitos anos, Valdemar Makoto Aoki, o seu Makoto, vendedor da Ceagesp, era o único elo entre o cozinheiro do Sudeste e as frutas da Amazônia. Mas ele mesmo admite que algumas não vêm do Norte. O cupuaçu, por exemplo, é trazido da Bahia, hoje o maior estado produtor da fruta.

Restaurantes de comida brasileira como Maní, Brasil a Gosto e Doistêm comprado polpa de algumas frutas, além de pupunha e tucumã in natura, da cozinheira belenense Antonia Padvaiskas. Ela vive em São Paulo e desde outubro recebe polpas e frutas amazônicas da Cofrutas, cooperativa agrícola em Abaetetuba, no Pará.

é industrializada, as demais (bacuri, taperebá, murici) são processadas por pequenos produtores e cooperativas e trazidas à capital. A oferta é bissexta. Hoje a Taperebá Sorvetes tem apenas açaí, taperebá e cupuaçu. A Bacuri Sucos não recebeu polpa de bacuri no verão e está há quase um ano sem vender suco da fruta.

Fato é que o Sudeste só conhece do fruto amazônico a polpa. Salvo raras exceções, os cozinheiros não gostam da polpa das cooperativas. "Testamos e desistimos, porque a melhor não tinha regularidade e as comuns geralmente não têm qualidade", diz Mara Salles, chef do Tordesilhas.

"Alogística para trazê-las é problemática, pelo preço do frete e o estado em que chegam", diz Felipe Ribenboim, chef do Dois, lembrando que a macadâmia plantada em Manaus, altamente perecível, chega bem aqui. Por que não a fruta amazônica? / O.F.

O 'X' do tucumã

Perambulando por Manaus, vi dois homens descascando bolotas verdolengas até arrancarem uma polpa bem fina e de um laranja tão alaranjado de fazer inveja à escala de cores Pantone. Intrigada, sequi. Ao cruzar a quarta barraca e ver a mesma cena, dei fim à ignorância. Era tucumã. Provei a carne fibrosa e me encantei com o sabor (sabe a castanha, não a fruta). Descascam e vendem às lanchonetes – oleaginoso, tinge a pele feito urucum. Com pão e queijo de coalho, vira uma delícia local, o x-caboclinho. Foi das coisas mais simples e gostosas que comi lá. A saudade do tucumã me fez apelar ao seu Virgílio, o vendedor de castanha-do-pará na feira da Água Branca. Nada feito. Esta paulistana segue sonhando com o tucumã (e com outra ida à Amazônia). **/ JANAINA FIDALGO**





