



# paladar

estadao.com.br/paladar

## All Beers aqui

O blog que reúne tudo que é novidade no mundo cervejeiro agora está no site do *Paladar*. **Pág. 2**



NILTON FUKUDA/ESTADÃO

## Vinho de boteco

Fomos atrás de boas taças em botequins – e nada. Pena, pois há vinhos que vão bem na mesa de bar. **Pág. 8**

## Conheça o Tuju

O restaurante abre terça. Mas o *Paladar* já foi lá e provou pratos como a salada da horta (foto). Veja em primeira mão. **Pág. 3**



MÁRCIO FERNANDES/ESTADÃO

FELIPE SCHAEGLER/DIVULGAÇÃO

Cogumelos proliferam pelo Brasil. E pesquisadores e cozinheiros começam a despertar para a possibilidade de usá-los na cozinha. Espécies de fungos comestíveis, como este belo *Favolus brasiliensis* – dominado há muito tempo pelos ianomâmis –, vão parar nas mãos de chefs que vêm explorando nossa diversidade cogumeleira. **Pág. 4**

# Champignon caboclo

**SEM MEDO,  
MAS SÓ NA  
CERTEZA**

Cozinheiros Brasil afora começam a explorar a diversidade de cogumelos comestíveis existente no País – e para isso trabalham com pesquisadores científicos. Aqui, comemos só 160g de fungos/ano, para 2 kg na França e Itália

# Vai um ‘Lentinula raphanica’?

José Orenstein

O roteiro é mais ou menos conhecido: primeiro, a novidade aparece num circuito restrito. Curiosos de primeira hora se empolgam e espalham o interesse – que então frutifica e ganha público cada vez maior. No caso, o ingrediente da vez são os cogumelos.

Está servido de um *Lentinula raphanica*? A pergunta talvez não vá ser formulada exatamente dessa maneira, mas é possível que a espécie de cogumelo que ocorre na Amazônia esteja em alguns cardápios de restaurantes brasileiros. Assim como, quem sabe, a *Oudemansiella canari*, original da Mata Atlântica, ou ainda a *Favolus brasiliensis*, apreciada há muito tempo pelos ianomâmis.

O fato é que alguns cozinheiros pelo Brasil têm se interessado pelo assunto e começaram a explorar a diversidade de cogumelos comestíveis existentes no território nacional – para além dos já conhecidos shiitake e shimeji.

Um dos pioneiros na pesquisa é Felipe Schaedler, chef do Banzeiro, em Manaus. Há quase dois anos ele desenvolve trabalho em parceria com a pesquisadora Noemia Ishikawa, do Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia (Inpa). A dupla descobriu o *Lentinula raphanica* proliferando em castanheiras e isolou o cogumelo para tentar cultivá-lo comercialmente.

“Não diria que é o mais saboroso de todos, mas tem uma textura interessantíssima e bom teor de umami (o quinto gosto descrito pelos japoneses)”, diz Felipe. A cada 20 dias ele vai para a fazenda em que tenta cultivar o cogumelo, em bastões de 80 cm de madeira de castanheira que sobra de uma produção particular. “Mas é difícil. Ano passado colhemos bem. Só que não tenho volume para servir

no restaurante.”

O chef de Manaus mostrou o trabalho para Alex Atala, do D.O.M, em São Paulo, que tem também se empolgado com a possibilidade de trabalhar na cozinha com mais tipos de cogumelo (leia mais abaixo).

Em abril, Atala participou de um debate que lotou o Manioca, espaço de eventos do restaurante Maní. A conversa sobre cogumelos comestíveis da Mata Atlântica com o agricultor Jorge Ferreira e a cientista Marina Capelari, pesquisadora aposentada do Instituto de Botânica, foi promovida pelo centro de pesquisa culinária C5 e mostrou que há um longo e promissor caminho a se trilhar para que mais cogumelos cheguem à mesa brasileira.

No Sul do País, quem também tem ampliado o universo de possibilidades do uso de cogumelos na cozinha é Manu Buffara, chef do restaurante que leva seu nome em Curitiba. Ela tem usado fungos fornecidos pelo pesquisador e produtor Francisco Vítola. Especialmente o *Lactarius deliciosus*, mais alaranjado, que a chef descreve como “mais forte, muito saboroso”.

Francisco, em parceria com Eduardo Sydney, tem uma empresa especializada na venda de kits de cultivo de cogumelos em casa – por enquanto, espécies já domesticadas, como shiitake e shimeji.

“Aos poucos estamos vencendo a ‘micofobia’ no Brasil”, diz Francisco, sobre o medo e desconfiança que se tem dos fungos no País. Estima-se que os brasileiros consumam não mais que 160g de cogumelos por ano, ao passo que em países como França e Itália esse número passa dos 2 kg. “É curiosa essa resistência cultural aos cogumelos. Porque nossos colonizadores europeus tinham e têm o hábito de consumi-los, assim

como os povos nativos do Brasil – há muitos relatos de grupos indígenas que comiam algumas espécies. Mas, talvez por precaução, difundiu-se o receio de comer cogumelos por aqui”, diz Francisco.

**Perigo.** De fato, cogumelos podem ser venenosos e até matar – não existe antídoto para eles. Por isso não se deve comer cogumelos encontrados por aí sem que se saiba exatamente sua espécie. Às vezes uma espécie venenosa pode ter aparência similar a uma comestível e na verdade ser altamente tóxica. Por isso, especialistas recomendam sempre: na dúvida, não coma.

## Entrevista Alex Atala, chef



## ‘Estruturar a cadeia é essencial’

● **Você tem usado cogumelos brasileiros no D.O.M.? Com que frequência?**

Antes de falarmos do nosso cardápio, é importante termos ciência de que cogumelos visualmente similares podem esconder riscos. Usamos durante algumas semanas a variedade europeia *Boletus edulis*, encontrada na região de La-



Mata Atlântica. Exemplar do Oudemansiella canarii

ges, na serra catarinense. Tendo ciência do risco que imputa o uso de cogumelos silvestres, a produtora nos enviou a certificação da Universidade de Santa Catarina, comprovando a ocorrência desse cogumelo. Hoje, no ATÁ já temos conhecimento de pelo menos mais nove espécies, algumas autóctones. Nenhuma ainda em fase de produção. Caminhamos para a assinatura de um protocolo de pesquisa entre ATÁ, Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia (Inpa) e Instituto Socioambiental (ISA).

● **Com quais tipos de cogumelos nativos você já trabalhou? Esses nove já foram testados. Mas sempre tomo cuidado com essa informação até que tenhamos a pesquisa concluída e fonte de produção estruturada.**

● **O que eles têm de diferente dos já comumente usados, considerando sabor e possibilidade de**

**uso na cozinha?**

Boa parte dos cogumelos é das variedades gelatinosas. Bastante interessantes em sua textura, em geral, não são intensos no sabor. As variedades brasileiras sofrem bastante com o transporte por causa do calor e da umidade.

● **Há boa variedade de cogumelos nativos no Brasil, mas muito poucos cultivados comercialmente. Você vê perspectiva de que venham a ser usados num futuro próximo? O Instituto ATÁ tem trabalhado para isso?**

Vejo grande possibilidade no uso de cogumelos brasileiros, mas é fundamental entender que a estruturação sustentável da cadeia produtiva deve ser priorizada. É essencial a preservação de nossas florestas, nossos rios e nossos campos. Não podemos esquecer que o homem desses biomas também precisa ser preservado. O uso desses cogumelos e de outros ingredientes pode ser uma alavanca e um suporte importan-

te desse ciclo. O Instituto ATÁ tem trabalhado justamente para isso. Hoje buscamos informação e orientação não somente na base da cadeia, isto é, com as etnias indígenas que têm esses cogumelos já incorporados a sua dieta, mas também com os principais cientistas para segurança alimentar. Há um grande risco de as pessoas saírem pegando cogumelos por aí e achando que são comestíveis. Há grande risco de envenenamento momentâneo e até de morte. Não existe outra maneira que não seja a pesquisa científica para o consumo seguro de espécies de cogumelos brasileiros.

● **Qual a melhor forma de se aproveitar cogumelos brasileiros na cozinha?** Seguindo as orientações da cozinha clássica, salteados, refogados, compo molhos ou risotos. São sempre usos mais simples, onde o ingrediente ganha protagonismo.



## Da mata amazônica

Um dos principais entusiastas e divulgadores dos cogumelos brasileiros, o chef do Banzeiro, em Manaus, Felipe Schaedler, faz as vezes de pesquisador. Vai a campo colher os fungos, depois trabalha com eles na cozinha. Dos que descobriu na floresta, resolveu, com a cientista Noemia Ishikawa, investir na *Lentinula raphanica*. “Não há literatura sobre o cultivo dessa espécie, que ocorre também em outras partes da América, mas essencialmente na Amazônia.” Na cozinha, o cogumelo é preparado apenas salteado na manteiga e servido depois em seu próprio caldo, com rabanete cru, como na foto ao lado.



## Da mata paranaense

A chef Manu Buffara começou a trabalhar com cogumelos frescos colhidos no Paraná em abril. Ela recebe de Francisco Vítola o *Lactarius deliciosus* e, em menor quantidade, também algumas espécies do gênero *Suillus* – um cogumelo mais esponjoso e poroso. No menu degustação, o *Lactarius* é grelhado e servido com farelos de cogumelos *Suillus* desidratados, com queijo de cabra, minicenoura, minimanjerico e minimental (foto).

## Oferta no País vem crescendo

O conhecimento sobre os cogumelos comestíveis e seus usos na cozinha no Brasil anda junto da pesquisa. E há ainda muito a se descobrir. “A rede de grupos de pesquisa vai se ampliando e isso reflete na descrição de novas espécies de cogumelos”, diz Nelson Mandelli Júnior, do Instituto de Botânica de São Paulo.

Para Francisco Vítola, o Brasil vive uma revolução na desco-

berta de sua diversidade fúngica, com grupos de pesquisa em universidades do Paraná, Rio Grande do Sul, Brasília, Pernambuco, São Paulo. “Na Europa, por exemplo, quase tudo já foi mapeado. Mas aqui há ainda todo o levantamento de espécies por fazer”, diz Francisco.

Só de fungos nativos brasileiros estima-se que existam 4.655 – dos quais 206 seriam endêmi-

cos. No mundo, supõe-se que 2 mil espécies sejam comestíveis, embora cerca de apenas 20 sejam comumente cultivadas e comercializadas.

No Brasil, esse universo comestível é ainda mais restrito. Embora recentemente tenha aumentado a produção nacional de cogumelos frescos (em resposta à forte entrada de conservas chinesas mais baratas), é raro encontrar no mercado algo além do cogumelo paris (o champignon), shimeji e shiitake, às vezes um portobello ou cogumelo salmão.

De fato, dos anos 1990 para trás, cogumelo no País era sinônimo só de champignon, quase sempre em conserva. Depois é

que ficaram mais comuns o shimeji e o shiitake, assim como o funghi porcini seco – o aromático cogumelo italiano que chegou com a abertura comercial.

Um dos empecilhos à ampliação da oferta, além da pouca cultura de se comer cogumelos no Brasil, é a dificuldade tanto de coletar como de cultivo.

**Clima ruim.** Diferentemente da Europa e dos Estados Unidos, onde o clima temperado favorece a frutificação dos cogumelos em épocas determinadas – e leva catadores profissionais e amadores a campo para encher cestos de fungos saborosos –, por aqui a instabilidade climática provoca uma irregularidade no crescimento dos cogumelos.

Já quanto ao cultivo, a dificuldade técnica é um desafio. “Cultivar é uma arte”, diz Margarida Mendonça, pesquisadora e produtora de cogumelos baseada em Biguaçu, Santa Catarina. Dona da Fungi Brasiliis, ela fornece para restaurantes em Florianópolis. “Primeiro é preciso identificar os cogumelos na natureza, testar se são mesmo comestíveis. Depois isolá-los e inocular. E, então, esperar frutificar. Não é simples. Porque, na verdade, tentamos reproduzir artificialmente condições naturais.”

O equilíbrio que permite o crescimento de cogumelos na natureza é delicado – os fungos crescem muitas vezes em simbiose com outras árvores e plantas, sob temperatura e umidade específicas.

Quando se cultiva uma espécie, é preciso recriar esse ambiente. Uma das principais dificuldades é estabelecer para uma nova espécie o substrato adequado para que cresça e frutifique. “Acho que a demanda por espécies diferentes vai aumentar”, diz Stéfany Rodrigues, pesquisadora na Unesp e dona da empresa Yuki Cogumelos, em Araçoiaba da Serra.