

GASTRONOMIA

Para comer sem peso na consciência

Para um Natal original, produtos artesanais com pegada ecológica são boas opções. Por **Janaina Fidalgo**, para o Valor, de São Paulo

Mel: há muitos no mercado. Com sorte, até se encontra um de florada diferente. E é bem provável que isso seja o máximo de variação disponível no comércio convencional. O mesmo ocorre com as farinhas. Mais fácil achar uma duplo zero ou até de grão-de-bico do que ter acesso a uma brasileiríssima farinha de mandioca rústica. Desafiador também é presentear um amigo de fora com um doce de fruta nativa. Isso não quer dizer que não exista uma infinidade de abelhas nativas produzindo méis singulares. Ou que não tenha gente fazendo cheirosas farinhas. Tampouco que não haja uma fabriquetinha onde jabuticabas são descarocadas uma a uma antes de entrarem numa delicadíssima compota.

Pensando em pequenos grandes produtos brasileiros, a reportagem montou uma seleção para sacudir o marasmo das compras. Fim de ano e Natal são momentos propícios a reflexões dessa natureza. O primeiro crivo foi o da qualidade. Mas as sugestões endossam outras questões relevantes, diferenciando-se dos produtos fabricados em escala. Uns destacam-se pela originalidade. Em alguns casos, o apelo do produto é social e vem de agricultura familiar. Alguns têm pegada ecológica, cultivados sem defensivos ou essenciais à biodiversidade.

A proteção dos biomas passa pela sobrevivência das abelhas nativas, polinizadoras de uma porção de plantas. Criar demanda para o mel de tiúbas, jandaíras e tantas outras espécies brasileiras é o caminho apontado por quem luta pela preservação das abelhas, dos ecossistemas e dos meliponicultores. “Como o Alex [Atala] diz, a biodiversidade que entra na boca passa a ser importante. Valorizar o mel das nativas sem ferrão é uma forma de conservar a biodiversidade”, diz o ecólogo Jerônimo Villas-Bôas, autor do “Manual Tecnológico Mel de Abelhas sem Ferrão”. “Nossas abelhas-bandeira estão quase extintas nos seus habitats. Os guardiões da biodiversidade hoje são os criadores.”

Ainda que metade das espécies sociais (sem ferrão) conhecidas no mundo sejam brasileiras, o mel consumido aqui é produzido por um híbrido de abelhas exóticas *Apis Mellifera* — a amarela e preta que todos conhecem e temem pelas picadas. Em comum, os diferentes tipos têm o fato de, por serem mais úmidos, fermentarem e ficarem ácidos. A acidez elevada, que poderia ser interpretada como defeito, e a doçura discreta atraem cozinheiros como o paulistano Ivan Ralston e a curitibana Manu Buffara. “São ótimos e ao usá-los geramos renda para os criadores e ajuda a preservar a flora”, diz Ralston, chefe do Tuju (tuju.com.br).

Produzido em escala menor, eles tendem a ser consumidos localmente. “Há outro produto genericamente denominado mel produzido com um modelo de agronegócio [o de *Apis*]. A valorização gastronômica do mel das nativas mostra que existem méis, e não mel. Que existem abelhas, e não abelha. Essa abordagem conceitual impulsionará uma iniciativa técnica para levar à regulamentação”, diz Villas-Bôas.

Ter acesso a esses méis ainda é complicado, mas o cenário começa a melhorar com grupos como a Associação de Criadores de Abelhas Nativas da APA [área de proteção ambiental] de Guaraqueçaba. Em meio à Mata Atlântica, no litoral do Paraná, 23 famílias criam manduriris, mandaiaias, uruçus-amarelas, mirins e jataias. “Por enquanto temos o registro de venda só do de jataia. E apenas para comercialização no Estado”, diz Sueli Alves dos Santos, da Acriapa. Na mesma cidade, a Néctar Nativo chegou a produzir 2 mil kg/ano. “Hoje não passa de 500 kg/ano. Ninguém vai criar porque é bonito, para preservar a natureza. Mesmo aqui, que é preservado, não se vê abelha nativa. A maioria sobrevive por causa dos meliponicultores”, diz Ederson Holdiz, proprietário da marca (facebook.com/nectar.nativo).

Falar em preservação de saberes por meio do consumo leva a outro ingrediente tradicional entre os índios baniwa (artebaniwa.org.br), a jiquitaia. Pimenta em pó



Pimenta em pó preparada com diferentes variedades secas, a jiquitaia (acima) é fonte de renda para comunidades baniwa, tem status de produto gastronômico e está até nas prateleiras (ao lado) da Casa Santa Luzia; à esq., paineiro com farinha d'água produzida no Pará



Acima, compota da Mazé, feita em Minas Gerais com jabuticabas, que têm caroços retirados um a um. “Valorizar o mel das nativas sem ferrão [ao lado] é uma forma de conservar a biodiversidade”, diz o ecólogo Jerônimo Villas-Bôas

preparada com diferentes variedades secas e piladas com sal, ela passou a ser fonte de renda alternativa para comunidades do Alto Rio Negro, no Amazonas. Bastante consumida por eles, hoje é processada em duas casas de pimenta na região de São Gabriel da Cachoeira. Com status de produto gastronômico, está até nas prateleiras da Casa Santa Luzia (www.santa-luzia.com.br). “Ainda há muito a se fazer para consolidar essa iniciativa. Inclusive ampliar a oferta de outros produtos da agrobiodiversidade baniwa”, diz Beto Ricardo, coordenador do Programa Rio Negro do Instituto Socioambiental e cofundador do Instituto Atá.

No Amazonas se faz também uma farinha de mandioca com grumos que, quando hidratados, ficam redondos como ova de peixe. Amarelinha e cheirosa, a farinha de Uarini, ou ovinha, é uma variedade de farinha d'água. Po-

de servir de acompanhamento, à semelhança do cuscuz marroquino, ou entrar em caldos, como num refrescante chibé feito pela chef Mara Salles, do Tordesilhas (tordesilhas.com). “Consumir a ovinha é um jeito de agregar valor à farinha de mandioca, muitas vezes menosprezada. A gente paga caro por uma sêmola de trigo importada para fazer cuscuz marroquino sendo que temos aqui uma farinha mais gostosa e que tem tudo a ver com a nossa identidade.”

“A produção da farinha de Uarini é bem artesanal. Cada comunidade tem a sua casa de farinha”, diz Antonia Padvaiskas, do Empório Poitara (tel. 0/xx/11/97310-5024). Paraense, ela entrega no país ingredientes nortistas, entre eles uma outra farinha d'água de ótima qualidade produzida em Bragança (PA) por Benedito Batista da Silva. A embalagem cha-

ma atenção: um lindo paineiro feito com folha de arumã que conserva o conteúdo por até um ano fechado — a Bombay (bom-bayherbsspices.com.br) também leva a São Paulo e vende em sua loja e na Santa Luzia.

Difícil mesmo é encontrar doces de algumas frutas nativas brasileiras como a jabuticaba. Mas existe. E há um especialmente bom feito em Carmópolis de Minas (MG) pela doceira Maria José de Lima Freitas, a Mazé (mazedoces.com.br). “Tem que ter muita paciência para fazer essa compota. Por isso a produção é pequena, só 2 mil vidros por ano”, diz. Os caroços são removidos um a um, através de uma pequena incisão na casca, para manter os bagos íntegros. O resultado é uma compota sofisticada, apesar da simplicidade dos ingredientes.

Mesmo à margem do grande mercado consumidor, um ou outro produto começa a chegar a

redes de varejo. Vendidos com o selo Gravetero, os doces de umbu da Cooperativa Agropecuária Familiar de Canudos, Uauá e Curaçá, na Bahia, podem ser encontrados em certas unidades do Pão de Açúcar. Criada em 2004, a Cooperuc envolve mais de 200 moradores da caatinga. Com o umbu, fruta do sertão vinda da agricultura familiar, fazem doces de corte e geleias.

Concluir a refeição com a consciência tranquila também é possível. Basta recorrer aos ótimos cafés cultivados de maneira sustentável na Fazenda Ambiental Fortaleza, em Mococa (SP). “Tem muita gente começando a se preocupar com a qualidade da comida. Existe um mercado. É um luxo tomar um café especial, mas não faz sentido comprar um cheio de veneno e de um produtor mal pago”, diz Felipe Croce, responsável pelo estúdio de teste de qualidade da Fazenda Ambiental Fortaleza (fafbrasil.com).