

Tom Stobart



ERVAS, TEMPEROS E CONDIMENTOS

de A a Z

Coordenação e apresentação
à edição brasileira:
ROSA NEPOMUCENO



ZAHAR
Rio de Janeiro

Apresentação à edição brasileira

Curiosidades de um viajante apaixonado por condimentos

ROSA NEPOMUCENO

O livro de Tom Stobart é curioso, rico em informações e atenderá aos amantes da cozinha e dos experimentos condimentares, assim como aos estudiosos das plantas medicinais e da cultura dos povos. O *chef* inglês, fotógrafo, montanhista e cinegrafista de expedições morou em vários países, quase todos em torno do Mediterrâneo, mas andou pela Ásia, colecionou ervas do Himalaia, registrou os temperos da Índia e do Sri Lanka, experimentou molhos da Tailândia. Conheceu peculiaridades da culinária dos lugares por onde passou, visitou jardins de ervas e plantações de especiarias, entrevistou produtores e comerciantes. Trouxe para a sua obra quase quatro centenas de temperos, entre ervas, especiarias, molhos, bebidas e substâncias utilizadas pelo homem, ao longo dos tempos, para tornar seu alimento mais saboroso. A impressão é de que não deixou de fora qualquer ingrediente do qual tenha tomado conhecimento e que, em algum momento, teve função condimentar.

Encontraremos verbetes com plantas europeias das quais nunca ouvimos falar no Brasil, como o cardo-marítimo (*Eryngium maritimum*, em inglês *Sea holly*), planta espinhosa de regiões pedregosas próximas ao mar da



Grã-Bretanha, que há séculos aromatizou geleias e doces da região. Ou temperos completamente esquecidos, como a salsaparrilha, raiz da América Central e do Sul hoje utilizada apenas por suas qualidades medicinais. Alhos, tomilhos, mentas, cebolas – o que há de cheiros e sabores numa cozinha, dos mais triviais aos inusitados, está no livro, em suas variedades e diferentes usos. Os sais marinhos, vegetais e minerais, os açúcares e plantas de sabores agridoces, caldos industrializados, molhos e xaropes asiáticos, as pimentas que hoje reinam em tantas culinárias (das *Capsicum* americanas às espécies asiáticas), cogumelos e trufas, frutas secas, certos peixes, resinas, ervas consideradas “daninhas” (como as urtigas) estão na compilação de Stobart, onde não faltam histórias, lendas, testemunhos pessoais do autor.

Procurei trazer, sempre que possível, informações relacionadas aos usos dos condimentos no Brasil, país onde ele não esteve e cuja culinária é uma das mais ricas e variadas do mundo, pelas tantas heranças culturais amalgamadas em suas panelas, de povos diversos, diversos países, em períodos diferentes – condimentos, ingredientes e preparos que aqui foram introduzidos pelas levas de viajantes e imigrantes que tentaram reproduzir, na Terra da Promissão, a comida de seus países, aproveitando também os sabores locais. Lembro, por exemplo, que a própria salsaparrilha foi um importante “produto natural” do Brasil Colônia, exportado para Portugal. E no verbete “Sassafrás”, no qual Stobart cita a espécie das regiões quentes da América do Norte, conto que a canela-de-sassafrás, uma das lauráceas nobres brasileiras, das margens do rio Negro, de casca aromática de sabor amargo, foi condimento e remédio do caboclo, produto incluído nas exportações para a capital do reino. Também incluí nossa cachaça e uma “falsa-pimenta”, a pimenta-rosa, baguinha da aroeira, arvoreta brasileira de nosso litoral.

A cozinha moderna brasileira se expande e se sofisticava, sem se distanciar de sua fabulosa tradição culinária: utiliza vinhos, azeites, acetos e ervas mediterrâneas, o urucum e as pimentas indígenas, a cúrcuma dos indianos, o cominho de africanos e asiáticos, cravo, canela e a noz-moscada do Sudeste Asiático, alhos e cebolas difundidos pelos árabes, molhos escuros e picantes do Extremo Oriente, a fava da baunilha



que vem do México ou de Madagascar. Nos encontramos, portanto, nos itens do livro. Entre raridades garimpadas em culturas longínquas, aqui estão condimentos aos quais temos acesso no supermercado da esquina.

Para os ajustes necessários à adaptação de algumas informações ao nosso cenário contei com a preciosa colaboração de meus amigos Jorge Pedro Carauta, biólogo, os *chefs* Marcelo Scofano e Renata Lopes, o barista Leo Moço. Consultei, entre outros livros, os meus *Viagem ao fabuloso mundo das especiarias* (José Olympio, 2003) e *O Brasil na rota das especiarias* (José Olympio, 2005), para os quais desenvolvi amplas pesquisas; *Plantas medicinais no Brasil*, de Harri Lorenzi e F.J. Abreu Matos (Instituto Plantarum, 2002); *Dicionário de plantas exóticas cultivadas*, de Pio Corrêa e Leonam de Azeredo Penna (Imprensa Nacional/Ibama, 6 vols., 1984); *História da alimentação no Brasil*, de Luis da Câmara Cascudo (Itatiaia e Edusp, 1983); *The Standard Cyclopedia of Horticulture*, de Liberty A. Bailey (Macmillan, 3 vols., 1925, revisto 1944, 1947, 1953); e *Ingredients*, de Loukie Werle e Jill Cox (Tandem, 2005).

Ao leitor, bom proveito!



ALECRIM

Rosmaninho, rosmarino

BOT: *Rosmarinus officinalis*

FAM: Labiadas

ALE: *Rosmarein, Rosmarin*

ESP: *Romero, rosmario*

FRA: *Romarin, rosmarin encens*

ING: *Rosemary, old man*

ITA: *Rosmarino, ramerino*

A palavra “*rosmarinus*” deriva de *ros* (orvalho) e *marinus* (do mar). O alecrim é um arbusto que cresce espontâneo em profusão ao redor do Mediterrâneo na Espanha, Itália, Dalmácia, Grécia e norte da África, embora apenas em algumas regiões isoladas da Turquia, Líbano e Egito. Hoje já se espalhou por vários países que não têm um clima muito severo, inclusive a Grã-Bretanha onde foi introduzido pelos romanos, e os Estados Unidos onde é cultivado comercialmente devido ao óleo essencial empregado em perfumaria. Na Grã-Bretanha, viceja apenas no sul, e lá já começa a perder o seu melhor aroma, como acontece com todas as plantas aromáticas transplantadas de um clima quente e seco para outro úmido demais para elas. Em localidades mais ao norte dos Estados Unidos também necessita de proteção especial durante o inverno. No Brasil é cultivado em algumas regiões do leste ao sul.

O alecrim, que cresce até cerca de 1,80m de altura, é um arbusto perene com flores predominantemente azul-pálidas e folhas firmes, pontudas. É muito aromático e seu óleo essencial contém, entre outras coisas, cânfora, o que se pode logo identificar. O cheiro também faz lembrar o perfume de folhas de pinheiro em um dia de calor.

É uma das plantas aromáticas silvestres mais comuns nas colinas mediterrâneas, especialmente em áreas rochosas calcárias próximas do mar. Nesse clima, floresce intensamente durante o ano todo. As flores mais lindas que já vi foram na Sardenha, certo novembro. Talvez seja a mais bela dentre todas as ervas, formando densas moitas ornamentais com a murta-cheirosa e o árbuto, o *smilax* e o zimbro.

As opiniões sobre o uso de alecrim como uma erva culinária são bastante controversas, mesmo nos países onde ele cresce em profusão. Em Maiorca, por exemplo, embora não no resto da Espanha, os moradores dos vilarejos me consideraram louco por usá-lo. Por outro lado, na Itália é um dos temperos mais comuns, uma verdadeira “paixão”, especialmente com cordeiro e cabrito assados (*abbacchio* e *capretto al forno*). Lá os açougueiros entregam



maços de alecrim gratuitamente, junto com a carne, ou já preparam as peças amarradas com a erva. Na gastronomia da França, da Espanha e da Grécia, seu uso é discreto.

Não há dúvida de que o alecrim possui um leve sabor de cânfora que não agrada a algumas pessoas. Tem também um gosto forte, especialmente apreciado pelos camponeses, e na Itália geralmente é utilizado em excesso. No entanto, empregado com bom senso fica excelente não apenas com carneiro ou cabrito grelhado ou assado, como já dito, mas também com peixes, mariscos, vitela e até mesmo em receitas de frango ou coelho bem temperados com alho e vinho.

Na horta, como se pode imaginar, o alecrim aprecia o sol pleno e o solo pobre, seco, bem drenado e calcário. Pode ser cultivado a partir de galhos podados ou de mudas enraizadas. Quando seca, a erva perde gradualmente a intensidade do seu aroma, e as folhinhas pontiagudas soltam-se com facilidade do galho – então não é muito agradável encontrá-las no prato. Mas, como o alecrim é uma planta perene, pode-se tê-la fresca durante o ano todo. Usa-se quase sempre um raminho inteiro e muito raramente picado. Em sopas ou guisados, o melhor é adicionar um ramo grande durante o cozimento e retirá-lo quando o gosto estiver do agrado, ou então incluí-lo em um *bouquet garni*. Hoje pode-se também comprar alecrim em pó, uma conveniência para quem mora na cidade, embora o alecrim, como todos os temperos, perca muito do sabor ao ser moído. Por algum motivo, em certos lugares da Europa não mediterrânea o alecrim fresco não é fácil de encontrar e é abusivamente caro em lojas, o que incentiva o ato antissocial de arrancar galhos nos jardins dos parques. No Brasil seu uso foi bastante disseminado pelos portugueses (que o chamam de rosmaninho), de onde surgiu a expressão “alecrim português”.

ALECRIM-DO-NORTE

Gale-doce

O alecrim-do-norte é comumente encontrado em terrenos pantanosos nos países do hemisfério norte. É uma pequena planta em forma de arbusto, de caule avermelha-

BOT: *Myrica gale*
FAM: Miricáceas
ALE: *Gagel*
(*Strauch*)