

PRÁTICAS GASTRONÔMICAS SUSTENTÁVEIS DA TERRA À MESA



José Maria Filho

Nos últimos anos o setor de Gastronomia deu um salto importante com relação às políticas públicas e projetos da iniciativa privada e outras organizações nacionais e internacionais.

A palavra-chave será sempre PARCERIAS com Centros de Pesquisa e de Estudos principalmente as ligadas a gastronomia, meio ambiente, cultura é realmente muito rico no Brasil na questão dos alimentos.

Praticar Gastronomia Sustentável significa pensar na saúde humana e do meio ambiente, e atitudes sustentáveis quanto ao ingrediente a ser utilizado, pensando na origem, seja no processamento na cozinha, pensando no aproveitamento integral, usar partes não convencionais, produzir o mínimo possível em resíduos, seja em embalagem, reduzir ao máximo, otimizar, seja na educação com os colaboradores e clientes.

Um olhar para a vitalidade do solo

O solo ganha destaque e cada vez mais o profissional da gastronomia, que tem no alimento sua principal base de estudo e trabalho, volta seu olhar para a origem da produção de alimentos, e tudo começa no solo.

Assim como o ser humano, o solo também tem a sua microbiota, que deve ser preservada praticando uma agricultura limpa, isenta de xenobióticos que impactam diretamente na qualidade do alimento e do meio ambiente (PASCHOAL; BAPTISTELLA e SANTOS, 2017). O alimento produzido num solo com energia vital, o cuidado com o ecossistema, desde a nutrição do solo, a polinização das abelhas até a manutenção de insetos vitais para o equilíbrio no meio ambiente, a preservação dos mananciais, o uso racional da água, e aí as PANC – Plantas Alimentícias Não Convencionais, tem forte participação na agricultura, pois elas são resilientes, resistem longos períodos sem rega, e de acordo com a ciência elas têm valores nutricionais superiores as hortaliças convencionais (PASCHOAL; BAPTISTELLA e SANTOS, 2017).

As PANC ganharam destaque no Brasil, principalmente pelos estudos científicos apresentados pela nutrição, entre elas já é possível encontrar no mercado, nas feiras de orgânicos: ora-pro-nóbis, azedinha, almeirão-roxo, peixinho, caruru, bertalha, serralha, cambuquira (broto de abóbora), cará-moela, capuchinha, feijão guandu, grumixama (cereja brasileira), maria pretinha, jaca verde, taioba, vinagreira (o hibisco nacional), palma, tupinambo e entre outras (PASCHOAL; BAPTISTELLA e SANTOS, 2017).

O agricultor como ator central na cadeia produtiva de alimentos

Outro ponto importante a ser considerado neste modelo de agricultura agroecológico é a qualidade de vida e valorização do Agricultor



e sua família. Cada vez mais o pequeno Agricultor é ator principal na cadeia produtiva de alimentos, se considerarmos que 70% da alimentação dos brasileiros vem da Agricultura Familiar (IBGE, 2017).

A Agricultura Familiar é composta de pequenos e médios produtores, muitos produzem de forma orgânica, biodinâmica certificados ou em transição agroecológica (IBGE, 2017). Também estão no modelo agroecológico, os produtores inseridos nos biomas brasileiros, como o bioma Mata Atlântica, que nos últimos anos por meio da agricultura familiar vem ampliando a preservação e implantando novos pomares de frutas nativas, com destaque para o Cambuci, fruto rico em vitamina C, que vem caindo no gosto do consumidor e cozinheiros, (em 2021 foram produzidos mais de 200 toneladas de Cambuci), uvaia, juçara com sua semente é possível então produzir uma opção ao açaí, a polpa da juçara, arará, pitanga, jabuticaba, e entre outros.

Quanto mais se consome os alimentos dos biomas, mais se preserva o meio ambiente, é a agricultura sustentável mostrando que o aumento do consumo só preserva a floresta, porque quanto mais árvores de frutos nativos, mais equilíbrio terá o bioma (INSTITUTO AUÁ, s/d).

Destacam ainda alimentos oriundos do bioma Caatinga, presente principalmente no Nordeste do Brasil, o bioma Cerrado, mais comum no Centro Oeste, mas também em regiões como Bauru, interior de São Paulo,

bioma dos Pampas, mais frequente no Rio Grande do Sul, bioma amazônico e suas riquezas abundantes. Os alimentos originados nestes biomas estão cada vez mais à disposição dos chefes, cozinheiros e gestores

de restaurantes, como elementos para a valorização de ingredientes da sociobiodiversidade (INSTITUTO AUÁ, s/d).

Para estreitar esta conexão urbano x rural se faz necessário que os profissionais gastronomia estabeleçam cada vez mais uma conexão com o agricultor, seja na produção primária seja na agroindústria de alimentos, com objetivo de conhecer a real condição de produção destes agricultores. Esta interação também é vital para o agricultor, que muitas vezes não está habituado a fornecer para bares, restaurantes, hotéis, hospitais, refeições coletivas, entre outros, situados tanto nas grandes capitais, como em cidades de menor porte.

Alimentos produzidos em modelos agroecológicos é tendência mundial rumo ao para consumo consciente, prática da economia circular, aproveitamento integral dos alimentos, atitudes sustentáveis da terra ao prato, que promovem a saúde humana e do meio ambiente.

Como conectar os alimentos da sociobiodiversidade, pesquisas sobre gastronomia, agricultura sustentáveis e nutrição?

Uma pergunta importante que o profissional de gastronomia deve refletir: **A depender da região, por que não fortalecer conexões com comunidades de produtores locais, quilombolas e aldeias indígenas e abrir a possibilidade da prática do locavorismo (consumo de alimentos locais)?**

Nesse sentido, o Brasil possui desde 2014, o **Guia Alimentar para a População Brasileira**, documento reconhecido mundialmente e está disponível de forma eletrônica e gratuita e traz todas as recomendações

para a prática de uma alimentação saudável e sustentável, que respeite as culturas tracionais, a regionalidade, alimentos orgânicos sempre que possível, incentiva a Agricultura Familiar, recomenda o não consumo de produtos alimentícios ultraprocessados e faz a sinergia alimentação e meio ambiente (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014).

Referências

PASCHOAL, Valéria; BAPTISTELLA, Ana Beatriz; SANTOS, Neiva dos. *Nutrição Funcional & Sustentabilidade: alimentando um mundo saudável*. São Paulo Valéria Paschoal Editora Ltda 2017.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Guia Alimentar para a População Brasileira*. 2 ed. Brasília: Ministério da Saúde. 2014

IBGE – INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. *Censo Agropecuário 2017-2018*. Rio de Janeiro: IBGE, 2017

INSTITUTO AUÁ. **Instituto AUÁ de Empreendedorismo Socioambiental**. s/d. Disponível em: < www.institutoaua.org.br>. Acesso em: 10 de out. de 2021.