

O GORGULHO



Boletim Informativo sobre Biodiversidade Agrícola
∞ ano 2 . n°1 . Abril de 2005 . Distribuição de mão em mão ∞

É TEMPO DE TOMAR AMORES

*A Primavera passada
foi o meu divertimento
tomei amores mui cedo
logrei-os mui pouco tempo*

*Primavera, Primavera
tempo de tomar amores
não há tempo mais bonito
que Maio com suas flores*

(Popular Português de Algarve e Trás-os-Montes)

Depois de um rigoroso Inverno de geadas intensas e repetidas e que também nos privou das acostumadas chuvas de época que são a garantia das seguintes campanhas agrícolas, entrámos na Primavera, época por excelência das sementeiras, pela variedade e quantidade de espécies que temos à nossa disposição para lançar ao solo neste novo ciclo.

Para o hortelão, amador das coisas da terra, é a altura de maior actividade, não tendo mãos a medir, e em muitos casos não sabendo para onde se virar, semeando umas, iniciando o novo ciclo, ora tendo outras para acompanhar, quer na monda quer na sacha, que já por lá estavam desde o Inverno. Um outro ciclo perdura. Não há tempo a perder! No entanto e nunca descurando a contemplação, que é tão frutífera, assistimos à azafama primaveril que entra no seu auge de produção vegetal e animal.

Também pela primeira vez temos entre mãos e com todo o fervor da novidade, a oportunidade na sementeira, de observar comportamentos de muitas variedades que nos foram graciosamente confiadas. Das que temos ao nosso dispor, só em feijões são mais de cem variedades, também há

por cá perto de setenta variedades de tomate e mais de uma trintena de abóboras e milhos vários, legados de ameríndios; alfices doze, já não contando com os vários melões e melancias que nos vão por à prova a capacidade física em acompanhar tantas culturas em trânsito. Mais difícil ainda será isolar chuvas de pólen de variedades que não se querem castiçadas, para que não resultem híbridas ou de qualidades descaracterizadas e cruzadas. Mas, umas são muito propícias a cruzarem-se. Há que continuar a garantir a segurança deste património que só faz sentido num conjunto onde tomem parte todas as ínfimas e singulares variedades. Para um garante de tudo isto, uma condição... espaço livre e isolado da cada vez maior poluição genética, logo no ano em que o cultivo milho transgénico é autorizado no nosso país. São por isso precisos receptores, cultivadores destes tesouros à mercê dos tempos, que queremos de resistência para todas as espécies autóctones. Para evitar cruzamentos genéticos, entre variedades da mesma espécie, poderemos cultivá-las em anos alternados, como para o caso dos vários milhos, assegurando-nos sempre da

capacidade germinativa das sementes nesses anos de espera.

Vai ser uma época recheada de surpresa por certo, das quais esperamos dar notícia algumas já no próximo número, lá para o verão. Serão tempos de renovadas formas, sabores e cores nos tomarem de amores, em afinidades com determinadas culturas, a despertarem-nos com regozijo a partilha de vida com elas. É clara esta influência com o crescer dos dias em todos os anos.

As expectativas são promissoras, mesmo que com ausência de chuva, as

MANJERICÃO (*Ocimum basilicum*)

Existem muitas variedades de manjericão, também conhecido por basílico, com folhas de diversos tamanhos, verdes ou encarnados, e aromas muito distintos, tais como, anis, canela, limão, lima ou cravo-da-índia. O manjericão genovês, também chamado manjericão mediterrânico ou manjericão grande, é a variedade mais utilizada na cozinha europeia, em especial a italiana. Todas as variedades são plantas anuais, muito aromáticas, que se usam em culinária como tempero de saladas e outros pratos, que quase sempre contêm tomate entre os seus ingredientes.

Cultivo: o manjericão prefere solos arenosos e bem drenados onde deve ser plantado, em pleno sol, à distância de 40 cm entre plantas. Não suporta geadas e temperaturas muito baixas e por essa razão deve ser levado para dentro de casa, quando plantado em vaso, no princípio do Outono. Desta maneira conseguem-se folhas frescas durante mais alguns meses. No tempo quente e seco o manjericão precisa de regras abundantes, uma cobertura, com palha ou caruma de pinheiro, ajuda a manter a terra fresca em volta das plantas. Quando plantado perto

sementeiras terão que ser primorosamente acompanhadas, e sempre que possível usar a boa prática de empalhe dos campos, eliminando regas desnecessárias, contribuindo assim para a poupança de água que não vai ser em abundância ou disponibilidade este ano. Lembremo-nos que uma planta criada com menos água nos dará semente mais adaptada à ausência deste elemento.



dos tomateiros desenvolve-se bem e melhora o seu sabor.

Floração: no final do Verão as plantas começam a dar flores brancas, que devem ser cortadas para manter o vigor da planta até ao Outono. Nessa altura deixam-se secar uma ou duas flores por pé, para depois recolher as sementes para os viveiros da Primavera seguinte.

Propagação: As sementes recolhidas no Outono devem ser semeadas em viveiro, em terra leve, em Março/Abril e transplantadas para local definitivo (vaso ou canteiro) em Maio/Junho.

Conservação: As folhas frescas podem ser conservadas no frigorífico durante alguns dias, cobertas de azeite para não oxidarem, ou congeladas (igualmente em azeite) para comer durante o Inverno.

Em casa, colocar um vaso de manjericão perto das janelas ajuda a afastar as moscas e os mosquitos.

Na horta e no jardim, com uma tesoura de poda pequena, ideal para colher as folhas frescas do manjericão e cortar as flores que vão crescendo e se querem eliminar.

Insalata Caprese – Salada de Capri

Tomate e manjeriçao são uma mistura perfeita que pode ter muitas variantes. Esta salada é um dos melhores exemplos desta combinação.

Ingredientes: tomate maduro, queijo *mozzarella* e folhas de manjeriçao cortadas, sempre com os dedos e nunca com uma faca.

Tempero: vinagre balsâmico (vinagre italiano), flor de sal e azeite de excelente qualidade.

Pesto di Basilico alla Genovese

Há quem diga que a única maneira de comer o verdadeiro *pesto genovese* é indo à Ligúria, porque é nessa região da Itália que cresce o manjeriçao doce e aromático que torna famosas a Riviera italiana. É bem possível que assim seja, mas não é fácil imaginar nada melhor do que um *pesto*, feito com folhas de manjeriçao – de produção própria - acabadas de colher. Melhor só mesmo se for comido com massa feita em casa...

Receita: ingredientes para massa feita com 3 ovos ou 500 g de massa de compra ¹:

- 60 g de folhas de manjeriçao genovês fresco;
- 4 dentes de alho sem pele ²;
- 2 colheres de sopa de pinhões;
- 120ml de azeite extra virgem;
- 1 colher de chá de sal.

1º- Desfazer com a varinha mágica as folhas do manjeriçao acabadas de colher

(de preferência), os alhos, os pinhões, o azeite e o sal, até se tornar uma massa homogénea e fina.

2º- Colocar esta mistura numa tigela grande e juntar-lhe o queijo parmesão.

3º- Misturar com a massa que entretanto deve cozer *al dente*.

O *pesto* deve ser preparado com rapidez e servido de seguida. O manjeriçao, em contacto com o oxigénio, sofre uma oxidação e torna-se castanho rapidamente. Por essa razão deve também ser servido numa terrina com tampa. Pode ser guardado no frigorífico 48h, cobrindo a superfície com azeite para que não oxide, ou ainda ser congelado. Em ambos os casos, não se deve juntar o queijo senão na altura de servir.



Notas: - (1) as massas mais indicadas para comer com *pesto* são *fettuccine*, *fusilli* ou *espaguete*. - (2) os alhos devem obter-se directamente do produtor, nas feiras, ou em locais de vendas de produtos biológicos. Os que se vendem nos supermercados são produzidos de forma industrial, muitas das vezes congelados, e por isso pouco aromáticos.



Tipo do repolho de Holanda



Couve lombarda das Virtudes, de pé alto



Couve lombarda Aubergeliers, de meio pé



Couve Quintal de Auvergne



Couve lombarda, pé curto, temporã (Sulcoia)



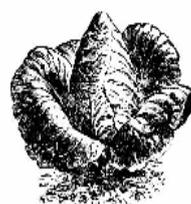
Couve tronchuda portuguesa



Couve do Algarve



Couve Bocardin



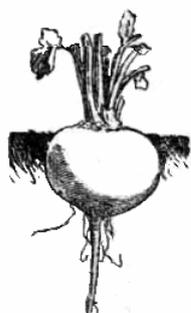
Couve de Etampes

NABOS E COUVES

O início de Primavera é a altura de escolher as melhores plantas para efeito de recolha de semente, eliminar as mais fracas para não degenerar a colheita total, há que ter em mente que para manter uma boa diversidade genética são precisas no mínimo seis plantas o ideal será mais de vinte, no entanto estes números são apenas referências o que não inibe o hortelão com menos plantas de efectuar uma recolha com sucesso.

Não esquecer também que tanto os nabos como as couves hibridam facilmente, os primeiros entre si e as couves entre todas elas, motivo pelo qual se devem manter isoladas as diferentes variedades. Isto pode ser feito pela distância, por redes próprias ou por simplesmente optar por fazer só uma variedade por ano eliminando todas as outras antes da floração.

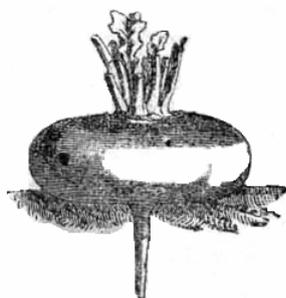
A maturação das vagens requer especial atenção, não esquecer pois, que mal



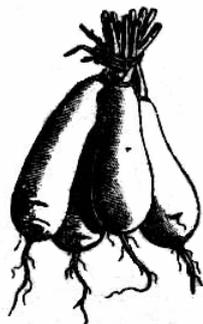
Nabo redondo das virtudes



Nabo de Meaux



Nabo vermelho chato temporão



Nabo comprido das Virtudes

estejam secas começam a abrir e a semear o seu precioso conteúdo. É nesta altura que também são muito procuradas pelas

pequenas aves que as devoram freneticamente. Os espigos devem ser recolhidos diariamente pela brandura da



Nabo amarelo Bola de Ouro



Nabo branco chato temporão



Nabo branco redondo de Jersey



Nabo de S. Cosme

manhã para evitar perdas desnecessárias, e secar numa eira até estalarem. As restantes devem ser melhoradas com cuidado pois a forma esférica da semente é muito propícia a partir-se ou estalar, consequentemente inutilizando-as. Se o tempo estiver húmido, após a colheita, os espigos devem ser atados e pendurados até o tempo permitir a sua secagem final. Como para todas as sementes, um local seco, fresco e escuro, é o mais apropriado ao seu armazenamento. O recipiente mais adequado é um frasco bem seco, com tampa hermética, uma vez que a humidade é o pior para as sementes.

Nos nabos há a salientar o grande número de variedades que os nossos campos continham. Para dar um exemplo, o catálogo de sementes de “José Afonso Duarte (JAD Sementes)” dos princípios dos anos cinquenta, cita onze variedades de nabo de cabeça, entre os quais se encontra o de *São Cosme*, o *das Virtudes* (comprido e redondo), o da *Meda*, o *Turnepo*, o *Saloio branco*, o *Martelo*, o *Roxo*, o *Globo*, etc. Isto sem contar com as inúmeras variedades

relacionadas por hortelões amadores que as mantinham já há várias gerações. Por aqui se nota que houve uma erosão acelerada nos últimos trinta anos da nossa diversidade vegetal.

Nas couves o panorama é o mesmo; a couve bróculo apresenta-se hoje em dia com cabeças verdes mas sabiam que os bróculos originais eram brancos e alguns roxos, nenhum deles era verde, onde é que eles param? Será que ainda existem? O bróculo roxo ainda se encontra, embora



Couve Cavaleira



Couve mil folhas



Couve galega



Num país mediocrementemente cerealífero, ao menos com relação às praganas, esgotámos os terrenos férteis com tristes rotações bienais e trienais, em que raramente figuram as ervas de fouce.

Alexandre Herculano (1874)

A GARROBA E A HISTÓRIA DE USOS ESQUECIDOS

Não obstante do que possa parecer em defesa das culturas agrícolas de tempos antigos, o propósito desta notícia é dar a reconhecer uma cultura verdadeiramente adaptada às nossas paragens e de grande valor alimentar. Trazer a terreiro a noção de que em Portugal se cultivou uma lentilha autóctone, será para muitos uma novidade. Não se tratou mais, em tempos, do que um recurso proteico quer para a alimentação humana como para a engorda de gado vacum, sobretudo de trabalho.

A garroba, *Vicia monanthos* (L.) Desf. é uma espécie de género igual ao das ervilhacas, o *Vicia* L., que pertence à vasta família **Leguminosae** Juss., assim como as lentilhas propriamente ditas, do género *Lens* Moensh., das que importa diferenciar. Ambas são plantas vivazes, mas a garroba é de ciclo vegetativo longo, quererá isto dizer que a par das favas (*p.e.*), a garroba ainda demonstra um menor grau de domesticação em relação às demais. Pois as

lentilhas e o grão-de-bico são exemplos nas leguminosas, como espécies de ciclo curto, primaveril, o que poderá relacionar-se com um apuramento resultante de uma maior domesticação, tirando proveito nas culturas que por menor tempo ocupem as terras, como hoje mais do que nunca se age. Ora estará nisto mesmo, a razão para o desuso da garroba, que já em 1942 A. Castilho referia, no seu escrito *A Garroba*, que a mesma não tinha ainda a expansão em cultivo que merecia?

...e por ali andámos uma manhã inteira de lugar em lugar para que nos dessem umas mãos-cheias da garroba, ou da lentilha nome que tivemos de empregar para que fossemos melhor entendidos. Andávamos em Trás-os-Montes, cruzando o Sabor, numa manhã fresca e de névoa de fim de Agosto. Em Santulhão, onde por fim a memória recente de alguém que ainda a faz (a garroba) nos é revelada, levando-nos a uma casa de lavradores em Matela, lugar bem cerca dali. Mostram-nos sacos cheios de garrobas malhadas no mesmo ano de estio, guardados ao destino desinteressado num pombal transmontano que serve agora de pequeno celeiro, mas a vontade de na próxima sementeira retomar a cultura estava desintusiasmada. Esgrimindo sentidos opostos ao que fariam dora-avante com esta cultura,

o casal de lavradores afiançava-nos que levávamos coisa boa para o gado. A notícia que nos norteava, a do seu uso à nossa mesa, continuava a não ter eco, mesmo quando provocada nas memórias daqueles



com quem íamos partilhando caminhos, no maior alcance ao tempo ido, nem mesmo o mais velho nos recordou tal uso pelos seus avós no seu tempo de criança, há uma centena e meia de anos atrás. Voltámos a Santulhão e com melhor ensejo recebemos mais uma pequena maquia de grãos de uma cor mais ocre. Estas sementes já postas ao abandono, eram agora pertence de uma aguerrida comunidade de gorgulhos. Ainda assim trouxemo-las, para joeirar uns dias mais tarde e saciar a vontade de lhe deitar o dente. Já havíamos estado com maior firmeza na importância gastronómica de tal manjar em memória. Porém com todas estas faltas de lembranças, a história podia

não estar bem contada. Havia que comprovar os factos... um prato simples da mesma garroba elaborou-se entretanto. Um tal presenteiro estufado com cebola serviu por fim para nos lembrar que supostos temores de amargura não fazem parte da paleta de sabores que a garroba nos traz à boca. Senão antes um completo e agasalhante prazer que nos faz reavivar a memória de antigos cozinhados, que nos traziam força, depois de poisar a malga após a última garfada.

A parda, parda transmontana ou ervilhaca-parda, são nomes que se referem à mesma garroba, que caíram em desuso mais até que a própria cultura, que se faz também esparsamente no Planalto Mirandês, onde são conhecidas como *gamêtas*, e na margens do baixo Côa, em

Muxagata. Sendo a sua importância local quase exclusivamente uma teimosia pessoal, os seus semeadores que a custo se descobrem, sabem bem da sua mais valia, mas já não se empenham na sua

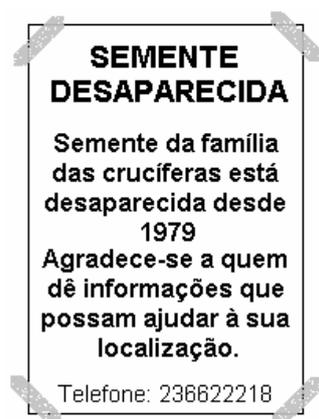
proliferação, senão antes, irem dizendo que esse ano será o último que a fazem. Como que se fazem esquecer que ela lhes afiança uma colheita certa todos os anos, já que até dos solos mais pobres e fracos, quentes e secos a garroba se faz magnífica, dando preferência às xistosas e ensolaradas terras. A sua cultura é de extraordinária rusticidade, sendo certo e precioso o granjeio nas terras fracas, mais não exige de esforço do lavrador que o empregue numa sementeira e colheita.

Bem-haja, semeadores de garroba!



Advertência

Devido à enorme perda de património vegetal dos últimos anos e ao movimento rural em direcção às grandes metrópoles, criou-se um sentimento de perda nas pessoas que ainda têm alguma ligação à terra. Isto traduz-se em geral na procura de variedades conhecidas de outrora. Nós, *O Gorgulho* gostávamos de ajudar nessa procura abrindo lugar a uma coluna de “Perdidos e Achados”, pois também temos algumas variedades perdidas e em memória que gostávamos de resgatar e colocar novamente em circulação nas nossas hortas.



Dá-se recompensa

Precisam-se receptores

Temos um certo número de sementes que precisam de ser apadrinhadas. Para isso é preciso que receptores se comprometam ao cuidado no crescimento e frutificação das respectivas sementes, devolvendo um número acordado no momento de adopção.

As boas colheitas fazem-se com a ajuda de preciosos auxiliares, e as aves estão entre os mais eficazes. Eis uma crónica não assinada de *Notícias Agrícolas* de 29 de Dezembro de 1930.

OS MELROS

Os pobres melros, que os caçadores não poupam porque têm uma carne magnífica, são uns grandes amigos dos lavradores, pois consomem na volta do ano uma enorme quantidade de insectos, moluscos e

Para um bom funcionamento do banco de sementes precisamos da colaboração de padrinhos para a renovação das variedades, pois é fisicamente impossível cuidar de todas que nos foram generosamente doadas, além da impraticabilidade relativamente às hibridações, especialmente nos milhos, crucíferas e curcubitáceas. O sistema de apadrinhamento também tem por finalidade abranger um número cada vez maior de pessoas na produção e obtenção de sementes. Talvez sejam necessárias aulas práticas sobre as melhores técnicas para as fases de colheita, extracção, limpeza, fermentação (tomate, pepino, etc.) e armazenamento. Se houver interesse suficiente estamos sempre prontos a empregar o nosso tempo numa iniciativa do género, portanto façam-nos chegar as vossas opiniões sobre o assunto.



vermes. Mesmo durante o Outono e Inverno, aqueles que por cá ficam sedentários, rebuscam debaixo das folhas mortas e apodrecidas os bichinhos que lhes hão-de matar a fome.

Por isso os melros são as aves que primeiro cantam nas nossas florestas a anunciar os dias mais quentes. Já em

Fevereiro, ou mesmo se o mês de Janeiro corre quente, os melros se ouvem cantar pelos bosques, ao longo dos cursos de água.

É porém, na Primavera e no Verão que eles mais abundam, porque aos sedentários se juntam outros que vêm de passar o Inverno nas regiões mais quentes.

Os melros diferem bastante de aspecto segundo os sexos: o macho adulto tem toda a plumagem negro brilhante com o bico e o contorno dos olhos amarelos; a fêmea tem a parte superior castanho muito escuro, o peito e o pescoço castanho avermelhado com pontos esbranquiçados.

Há quem não goste dos melros (e Guerra Junqueiro põe o abade hortelão como tipo

dos inimigos dos melros), porque estes comem também alguns legumes tenros, bagos e grãos, mas estes ataques só se dão nas quadras em que eles encontram menos insectos para caçar.

Os melros fazem os seus ninhos nos arbustos ou em árvores de pequeno fuste e sempre a pouca altura. Neles põe a fêmea, a principiar em Março, três posturas ou quatro de quatro a seis ovos cada, de cor cinzenta, esverdeados, com manchas brancas.

Alguns *ornitologistas* dizem que em Portugal há também o melro azul, o de papo branco e o das rochas, mas o melro negro é o mais vulgar.



Tábua



1. *É tempo de tomar Amores* ≈ J. M. Fonseca e R. Paredes

2. *Manjerição* ≈ Graça Ribeiro

4. *Nabos e Couves* ≈ José Miguel Fonseca

5. *A Garroba e a história de usos esquecidos* ≈ Ricardo Paredes

7. *Advertência / Precisam-se receptores* ≈ José Miguel Fonseca

7. *Os Melros* ≈ anónimo

Encarte ≈ Plataforma Transgénicos Fora do Prato



Colaborações são bem vindas! Faça-nos chegar o seu texto.

Colaboraram neste número: Fátima Teixeira, Graça Ribeiro, José Miguel Fonseca, Mafalda Costa, Margarida Silva, Ricardo Paredes **Ilustrações:** Couves – a partir de catálogo de JAD Sementes, Lisboa 1954, pp. 45-50; Nabos – catálogo geral de Mário da Cunha Mota, Porto 1919, pp. 263-264 **Fotografia:** montagem de Ricardo Paredes sobre fotografia de Pais de Brito, Rio-de-Onor. **Composição e grafismo:** Ricardo Paredes e Mafalda Costa. **Correspondência:** Quinta do Olival, Aguda – 3260 Figueiró dos Vinhos. Tel. 236622218 / 239081364 ou fcteixeira@esb.ucp.pt