



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

RESUMO EXPANDIDO

EIXO TEMÁTICO: ALIMENTOS DA SOCIOBIODIVERSIDADE E DESENVOLVIMENTO DE
PRODUTOS

PRODUÇÃO DE CALDO VERDE SOCIOBIODIVERSO DE ERVA BALEEIRA (*Varronia curassavica*)

SILVA, Marcela Costa¹

¹ Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), marcelacesilva@gmail.com

Resumo

O presente relato descreve atividade realizada na disciplina Sociobiodiversidade e Alimentação do Curso de Especialização em Gastronomia Cultural: Temas do Campo à Mesa (UFRGS/UFCSPA), cuja etapa final envolveu criação e execução de receita com alimento da sociobiodiversidade brasileira. Utilizou-se erva baleeira para fazer um caldo verde, resultando em prato aromático e muito saboroso que demonstra a potencialidade gastronômica do vegetal.

Palavras-chave: Erva baleeira. Gastronomia. Planta alimentícia não convencional (PANC). Povos e comunidades tradicionais. Sociobiodiversidade.

1. Introdução

O presente relato é fruto de trabalho realizado na disciplina de Sociobiodiversidade e Alimentação do Curso de Especialização Gastronomia Cultural: Temas do Campo à Mesa (UFRGS/UFCSPA), cuja proposta envolveu a seleção de alimento da sociobiodiversidade brasileira para desenvolver um preparo.

Coube a cada aluno desenvolver um prato com o alimento escolhido, explicando o passo a passo da receita, com descrição das técnicas de corte e cocção em ordem de execução utilizadas no preparo, além de justificativa da escolha do ingrediente. A atividade foi realizada em etapas, conforme instruções propostas, até a etapa final de criação de receita e execução do preparo com o alimento.

2. Desenvolvimento

Em princípio, muitas ideias foram elaboradas e abandonadas, devido à dificuldade para obter os alimentos escolhidos. Em visita à Feira dos Agricultores Ecologistas de Porto Alegre – FAE conheci a banca da Família Carpenedo, de Viamão – RS, e conversei com o Sr. Carpenedo, que me apresentou à erva



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

baleeira *Cordia curassavica* (Jacq.) Roem. & Schult (= *Cordia verbenacea*) e presenteou-me com uma muda.

Incerta se seria esse o ingrediente, pois o desconhecia, retornei esperançosa, reflexiva e curiosa sobre essa Planta Alimentícia Não Convencional – PANC. Após pesquisas a respeito do aroma e benefícios medicinais, fundamentais para a tomada de decisão final, optei pelo desafio de utilizar a erva baleeira como ingrediente principal do prato a ser elaborado.

No decorrer do processo, aprendi sobre a pouca utilização da erva baleeira na gastronomia, sobre sua importância econômica e farmacêutica para a indústria fitoterápica brasileira, que consta no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira e integra a Relação de Plantas Medicinais de Interesse do SUS, tudo oriundo de conhecimentos de povos originários e comunidades tradicionais que os compartilharam, os quais merecem tratamento diferenciado em relação a leis e políticas de repartição de benefícios e proteção dos saberes.

Figura 1 - Planta erva baleeira e caldo de erva baleeira



Fonte: fotografias de Marcela Costa da Silva



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

NOME DO PRATO: CALDO VERDE DE ERVA BALEEIRA

RENDIMENTO: 2 porções de 400 ml (cada)

TEMPO DE PREPARO: 30 minutos

Inicialmente foi feito a *mise en place*, que consiste na preparação e organização prévia para o preparo em atividades de separação, higienização, corte, pesagem e porcionamento de alimentos e utensílios (panela, colher, faca, tábua de corte, balança, dentre outros).

No preparo dos ingredientes, as folhas *in natura* de erva baleeira, a batata inglesa e o alho descascado foram higienizados. Em seguida, estes e a linguiça fininha defumada foram pesados e cortados para a execução do preparo.

INGREDIENTES

- Batata inglesa - 1 un/ 268 g
- Cebola - ½ un / 94 g
- Alho – 1 un / 8 g
- Erva baleeira *in natura* - 22 g
- Óleo - 13 g
- Sal - A gosto
- Água – 1 litro
- Linguiça fininha defumada – 1 un/ 55 g

MODO DE PREPARO

1. Na panela, colocar água e sal; ao atingir temperatura de 70 °C, acrescentar a erva baleeira *in natura* em corte Julienne e metade do alho picado em brunoise; deixar ferver por 8 minutos;
2. Escorrer e reservar a erva baleeira, alho e o caldo (métodos de cocção utilizados: calor úmido e cozido em líquidos)
3. Em outra panela, colocar óleo e acrescentar a linguiça; deixar fritar e acrescentar cebola em Julienne e alho em brunoise; deixar refogar. (métodos de cocção: calor seco, frito e refogado);
4. Retirar as linguiças do refogado e acrescentar o caldo da erva baleeira com as batatas cortadas em cubos Paysanne; cozinhar por 10 minutos ou até a batata ficar macia (métodos de cocção: calor úmido, cozido em líquidos);
5. Bater esse preparo com liquidificador ou processador de alimentos;
6. Voltar o creme para o fogo, acrescentar a linguiça e deixar ferver por 5 minutos;
7. Desligue o fogo e acrescente a erva baleeira picada em Julienne;
8. Sirva em seguida.



CONGRESSO DE GASTRONOMIA & SOCIOBIODIVERSIDADE

14 A 16 DE AGOSTO DE 2025 | PORTO ALEGRE - RS

3. Considerações finais

O caldo apresentou textura cremosa, aromática e saborosa, com frescor que remete à menta, sendo degustada, apreciada e aprovada por familiares de diferentes faixas etárias. A aceitabilidade indica que um produto que faz uso de uma espécie da sociobiodiversidade tem potencial para ser inserido na merenda escolar como opção no cardápio, substituindo-se a linguiça por outra proteína não processada.

A criação do caldo verde de erva baleeira demonstra as possibilidades resultantes de estudos e experimentos que visem a inserção do vegetal no cotidiano.

Referências

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. 2ª edição. Brasília: Anvisa, 2021. / Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Brasília: Anvisa, 2011. 223p. Disponível em: Acesso em: 02 de março de 2025.

CORDEIRO, M.L.S. Potencialidade gastronômica de erva-baleeira (*Varronia curassavica* Jacq.). 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Gastronomia) - Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Santa Catarina. 2019. Disponível em: <https://repositorio.ifsc.edu.br/handle/123456789/1619pdf>. Acesso em: 26 fev. 2025.

EGO DOS SABORES, ano 2005. Caldo Verde Cremoso (sem batata). YOUTUBE, 02 DE MARÇO DE 2025. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=vcywZYbERck>>. Acessado em: 09 de março 2025.

EL TOGHLOBI, G. S. S., ARANTES, R. A., KNUDSEN, B. G., TABACH, R., PEREIRA, M. A. A., CARVALHO, R. G. DE, FERRAZ, R.R.N., RODRIGUES, F. S. M. (2022). Usos clínicos do fitoterápico da erva-baleeira (*Varronia curassavica* jacq.): revisão da literatura. *International Journal of Health Management Review*, 8(1). Disponível em: <https://ijhmreview.org/ijhmreview/article/view/300>. Acesso em: 24 fev. 2025.

HARTWIG, B. R., RODRIGUES D.S., OLIVEIRA C. J. F. DE JR Erva-baleeira: Uma possibilidade real da sociobiodiversidade para modelos sustentáveis de produção. 2020, Universidade Federal de São Paulo, Instituto de Botânica, Submetido 14/01/2020-Aceito 17/04/2020 DOI: 10.15628/holos.2020.9409. Disponível em: www2.ifrn.edu.br. Acesso em: 15 de fev. de 2025.

HOELTGEBaum, M.P. Caracterização da autoecologia de populações de *Varronia curassavica* Jacq. (Boraginaceae) em ambiente de restinga de Santa Catarina, Florianópolis SC. 2017. 218 f. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-graduação em Recursos Genéticos Vegetais, Departamento de Fitotecnia, do Centro de Ciências Agrárias da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis. Disponível em: www.repositorio.ufsc.br. Acesso em: 23 de fev. de 2025.

KINUPP, V.F. Plantas alimentícias não-convencionais da Região Metropolitana de Porto Alegre, RS. 2007. 562 f. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Fitotecnia, Faculdade Agronomia, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre. Disponível em: www.ufrgs.br Acesso em: 18 de fev. de 2025.

TÓSCA, M. B ERVA-BALEEIRA (*Varronia curassavica* Jacq.): Uma revisão de escopo e determinação da composição nutricional e química, Porto Alegre. 2024. 147 f. Dissertação (Mestrado) - Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica da Escola de Medicina da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – RS. Disponível em: <https://repositorio.pucrs.br/dspace/handle/10923/26706>. Acesso em: 28 fev. 2025.