

**IFPI – INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
DO PIAUÍ**

ANA ALICE COELHO CARVALHO

**A VERSATILIDADE DA VINAGREIRA COMO INGREDIENTE DA
CULINÁRIA MARANHENSE**

TERESINA

2021

ANA ALICE COELHO CARVALHO

**A VERSATILIDADE DA VINAGREIRA COMO INGREDIENTE DA CULINÁRIA
MARANHENSE**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, como requisito para obtenção do título de graduação em Tecnologia em Gastronomia.

Orientador(a): Prof.^a Dr.^a Edna Maria Ferreira Chaves

TERESINA/PI

2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

Carvalho, Ana Alice Coêlho

C331v A versatilidade da vinagreira como ingrediente da culinária maranhense /
Ana Alice Coêlho Carvalho. - 2021.
25 f.: il. color.

Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnologia em Gastronomia) - Instituto
Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus Teresina Zona
Sul, 2021.

Orientadora : Profa Dra. Edna Maria Ferreira Chaves.

1. Gastronomia. 2. Culinária maranhense. 3. Costumes tradicionais.
I. Título.

CDD - 641.5

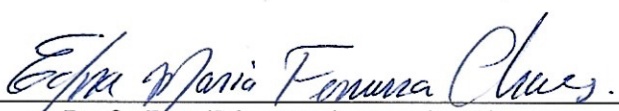
Elaborado por Isabel dos Santos Lima CRB 3/1060

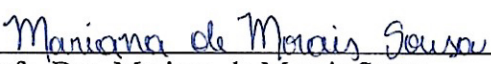


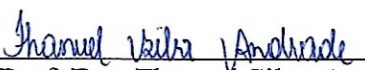
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS TERESINA ZONA SUL
COORDENAÇÃO DO CURSO DE TECNOLOGIA EM GASTRONOMIA

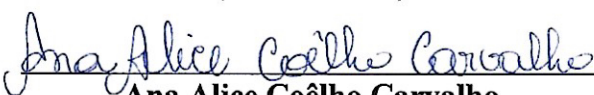
ATA DE DEFESA DE TCC (TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO)

Às 08:00 horas do dia 11 de fevereiro do ano de dois mil e vinte, na **Sala 12**, do *Campus* Teresina Zona Sul, do Instituto Federal do Piauí - IFPI, sob a presidência da Profa. Dra. Edna Maria Ferreira Chaves, reuniu-se a banca examinadora de defesa de monografia de autoria da aluna **Ana Alice Coêlho Carvalho**, do curso de Tecnologia em Gastronomia deste Instituto com o título, **"A Versatilidade da Vinagreira como Ingrediente da Culinária Maranhense"**. A Banca Examinadora ficou assim constituída: Profa. Edna Maria Ferreira Chaves - Presidente/Orientadora; Profa. Dra. Mariana de Moraes Sousa - 1ª Examinadora; Prof. Esp. Phanuel Silva Andrade - 2º Examinador. A orientadora abriu a sessão agradecendo a participação dos membros da Comissão Examinadora. Em seguida convidou a estudante para que fizesse a exposição do trabalho. Finalizada a apresentação, cada membro da Comissão Examinadora realizou a arguição da estudante. Dando continuidade aos trabalhos, a orientadora solicitou a todos que se retirassem da sala para que a Comissão Examinadora pudesse deliberar sobre a monografia da candidata. Terminada a deliberação, a orientadora solicitou a presença de todos e apuradas as notas verificou-se que a aluna foi APROVADA (Aprovada/Reprovada) com média geral 9,0 fazendo jus, portanto, ao título de Tecnóloga em Gastronomia. E para constar, eu, Edna Maria Ferreira Chaves, lavro a presente ata, que, após lida e aprovada pelos membros da banca examinadora, será assinada por todos.


Profa. Dra. Edna Maria Ferreira Chaves
(Orientadora/Presidente)


Profa. Dra. Mariana de Moraes Sousa
(1ª examinadora)


Prof. Esp. Phanuel Silva Andrade
(2º examinador)


Ana Alice Coêlho Carvalho
(Discente)

AGRADECIMENTOS

Agradeço

em primeiro lugar a Deus, Aquele que me deu a vida e que me sustenta todos os dias, me fazendo enxergar o mundo sempre pelo lado bom em meio às adversidades.

à minha família, em especial meus filhos, Luis Eduardo e Isabelle, e meu esposo, por seu amor incondicional e pelo apoio dado nessa e em outras empreitadas, por estarem sempre caminhando comigo.

a meus familiares, minha mãe e meus irmãos em particular, que sempre estiveram ao meu lado, torcendo pelas minhas conquistas. Aos meus amigos, de sala, especialmente Lêda e Samara Brandim, pela paciência e carinho, e aos demais que muito contribuíram para meu crescimento pessoal através da observância de suas atitudes.

Agradeço ainda

àquelas pessoas que torceram por mim, direta ou indiretamente, fazendo-me mais forte para não desistir dos meus objetivos.

à minha orientadora, sempre tão solícita e paciente, e que não me permitiu desistir, sempre de prontidão a sanar todas as dúvidas que me surgissem durante o processo.

aos demais professores, de quem tive o prazer de adquirir um pouco de seu grande conhecimento, que levarei para toda vida, especialmente o professor Fhanuel, que me fez acreditar que “sim, nós podemos”, pela mão amiga a mim estendida nos momentos em que fraquejei.

aos técnicos do Instituto Federal do Piauí, Campus Teresina Zona Sul, pois sem a dedicação desses profissionais esse trabalho jamais seria realizado.

à equipe de limpeza e segurança da instituição, que sempre nos recebia com um bom dia/boa tarde calrinhoso e que muitas vezes são ignorados.

A todos vocês, meu muito obrigado.

A autora

*Vence duas vezes aquele que, no momento da vitória,
vence a si mesmo.*

Publício Siro

RESUMO

Alimentos e preparos de refeições são entendidos como parte indissociável da cultura de um povo, sendo uma necessidade básica não só à vida, mas também à preservação dos costumes de uma sociedade. Buscou-se compreender o papel que a Vinagreira (*Hibiscus sabdariffa* L.) desempenha na culinária maranhense através de seus aspectos culturais, biológicos e nutricionais, focando em sua versatilidade para a alimentação. Por metodologia, optou-se pela Revisão Literária em livros e artigos acerca da culinária local, das propriedades botânicas, nutritivas e químicas dessa espécie, cujas folhas de sabor azedo são tão característico à herança maranhense.

Palavras-chave: gastronomia; culinária maranhense; costumes tradicionais.

ABSTRACT

Dishes and meals are indissoluble parts of a people's culture, not only as basic life need, but also to the preservation of a society's customs. It was sought to understand the *Vinagreira's* (*Hibiscus sabdariffa* L.) role in the maranhense culinary, through its cultural, biological, and nutritional aspects, focusing on its versatility in the kitchen. As for the methodology, a literary revision was made in books and articles about the local culinary and botanical and chemical properties of this specie, which sour leaves are so peculiar to the maranhense inheritance.

Keywords: gastronomy; *Maranhão's* culinary, traditional mores.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Espécime adulto de <i>H. sabdariffa</i>	15
Figura 2 - <i>H. sabdariffa</i> florido	16
Figura 3 - Folha da vinagreira	18
Figura 4 - Fruto de <i>H. sabdariffa</i>	19
Figura 5 - Cuxá.....	21
Figura 6 – Arroz-de-cuxá.....	21
Figura 7 – Geleia de Hibisco	22

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 – Taxonomia do *Hibiscus sabadariffa*.....**Erro! Indicador não definido.**5

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
2. METODOLOGIA.....	10
3. RESULTADO E DISCUSSÃO	11
3.1 COMIDA E CULTURA.....	11
3.2 A FORMAÇÃO DA CULINÁRIA MARANHENSE	13
3.3 PROPRIEDADES DO <i>HIBISCUS SABDARIFFA</i>	14
3.4 A VINAGREIRA SERVIDA À MESA.....	20
4. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho é apresentado como atividade concluinte do curso graduação em tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal de Educação, Ciência e tecnologia do Piauí. Pesquisou-se, através de revisão de literatura, as características da Vinagreira (*Hibiscus sabdariffa* L.), suas propriedades químicas e/ou botânicas, além da sua importância para a culinária e cultura maranhense.

Alimentos e preparos de refeições são parte indissociável da cultura de um povo, sendo considerada uma necessidade básica não só à vida (COLLAÇO, 2013), mas também à preservação dos costumes de uma sociedade. Nesse ponto, reconhecemos a figura do cuxá como elemento constituinte do patrimônio cultural maranhense (LIMA, 1998), cuja origem é atribuída à chegada dos escravos africanos nesse estado ainda no período colonial.

Vale ressaltar que não se encontraram registros acadêmicos que irrefutavelmente atestassem essa correlação, contudo, a presença da vinagreira, cujas folhas são a base do cuxá, em regiões africanas, conforme atestado pelos estudos de Smith (2008), respaldando a fala do senso comum.

O esforço de pesquisa se justificou por apresentar elementos que compõem a gastronomia maranhense, mais especificamente, das regiões do estado que trazem herança dos povos africanos que por ali passaram e deixaram o seu legado na culinária do estado. A vinagreira é uma planta de fácil crescimento em terras maranhenses, cujas folhas tem sabor azedo e foi notabilizada pela versatilidade no preparo de vários pratos.

Buscou-se compreender o papel que a vinagreira desempenha na culinária maranhense, seus aspectos culturais, biológicos e nutricionais, focando em sua versatilidade para a alimentação, além de se apresentarem outros usos possíveis.

2. METODOLOGIA

A pesquisa aqui sintetizada é de caráter qualitativo e explicativo, posto não é de todo inédita, como visto no trabalho de RODRIGUES (2008), servindo como aprofundamento do tema. O objeto foi, como dito, a planta da Vinagreira (*H. sabdariffa*), compreendendo suas características biológicas, gastronômicas e nutritivas, bem como de seu papel social.

Foi realizada revisão literária composto de autores que versam sobre o assunto, sendo realizadas pesquisas na Scielo, Web of science, Google acadêmico, Portal de periódicos Capes, livros, revistas, artigos que tratam a respeito do assunto. Utilizaram-se como termos indexadores de pesquisa “Vinagreira” e “*Hibiscus sabdariffa*”. O aporte teórico calçou-se em Joly (2002), Maciel (2002) e Bittencourt (1985) para as propriedades morfológicas da planta, o trabalho de Costa e Alves (2009) e Cavalcanti (2007) para o histórico da espécie no maranhão, Collaço (2013), LIMA (1998) e Montanari (2013) para discorrer sobre o papel social da alimentação, além das contribuições de outros pesquisadores como Freitas (2013) para os aspectos nutricionais dos componentes da planta. A síntese do trabalho foi realizada em forma de análise textual discursiva.

3. RESULTADO E DISCUSSÃO

3.1. Comida e Cultura

A gastronomia brasileira vem rompendo fronteiras, com cozinheiros brasileiros notáveis no cenário mundial, misturando ingredientes, técnicas, usos, costumes. Isso faz com que o consumidor possa conhecer e expandir seus saberes gastronômicos e culturais. Desse modo, num contexto mais amplo, compreende-se que a Vinagreira (*H. sabdariffa*) seja conhecida nacionalmente como ingrediente culinário e seus pratos tenham reconhecimento e valorização cultural dentro e fora do estado. A gastronomia na atualidade é vista como uma prática consolidada no mundo contemporâneo, assim como, sua repercussão no cenário nacional. É notório que venha sendo explorada, pois é muito vasta a noção de cozinha em função do surgimento de distintos processos como o de reconhecimento patrimonial, valorização de produtos com denominação de origem dentre outros.

O estabelecimento da relação do homem com o alimento certamente é cotidiano e compreendido, de maneira mais ampla, como uma necessidade básica. Collaço (2013, p.1) a respeito do estabelecimento homem/alimentação, confirma que:

Nossa relação com o alimento certamente é cotidiana e compreendida, de maneira mais ampla, como uma necessidade básica, mas é fato que nossas escolhas dependem de vários fatores que irão determinar o quê comemos, como, quando, com quem, como os alimentos são preparados etc. resultando em soluções particulares que se articulam a lógicas culturais e que irão definir os limites de uma cozinha. Esta pode estar associada a distintos grupos, países, territórios e circular pelo mundo afora criando imagens que ora podem ser consideradas autênticas ou meras reproduções. (COLLAÇO, 2013, p1).

As escolhas apresentam variados fatores que determinam o que se deve comer, assim como, os horários, as companhias, o local e como os alimentos são preparados. Tudo isso requer cuidados importantíssimos para atender as particularidades de cada pessoa ou de grupos sociais que possuem lógicas culturais e que irão dobrar de uma cozinha (COLLAÇO, 2013).

Essa relação (homem-alimento-cultura) ultrapassa os sentidos que definem sabores, algo além da mera necessidade biológica. O homem alimenta-se pela cultura que lhe foi passada desde o nascimento: metafórica ou literalmente. Comemos aquilo que nos é ofertado quando criança, e esse hábito molda a maneira como nos alimentaremos quando adultos (MONTANARI, 2013).

Não obstante, não se pode taxar um alimento ou preparação como certamente “bom” ou “ruim”, posto que a construção desses termos é, por si só, uma construção coletiva, e, por meio da universalização dos costumes da sociedade em que se encontra, o ser humano tende a, também, determinar um alimento como saboroso ou não. Montanari corrobora com tal ideia ao discorrer o seguinte.

A comida não é “boa” ou “ruim” por si só: alguém nos ensinou a reconhecê-la como tal. O órgão do gosto não é a língua, mas o cérebro, um órgão culturalmente (e, por isso, historicamente) determinado, por meio do qual se aprendem e transmitem critérios de valoração. Por isso, esses critérios são variáveis no espaço e no tempo: o que em determinada época é julgado positivamente, em outra pode mudar de caráter; o que em um lugar é considerado uma guloseima, em outro pode ser rejeitado como repugnante. A definição do gosto faz parte do patrimônio cultural das sociedades humanas. Assim como há gostos e predileções diversos em diferentes povos e regiões do mundo, assim os gostos e as predileções mudam no decorrer dos séculos. (MONTANARI, 2013, p 95)

Sabendo se que a gastronomia está presente na vida do homem desde os tempos remotos e este vive na busca incessante pela contenção do paladar, ele busca sempre novos sabores, novas culturas e novas técnicas.

Para Freixa e Chaves (2012, p. 18), gastronomia é o conhecimento fundamentado de tudo o que se refere ao homem na medida em que ele se alimenta. Ainda para as autoras, a gastronomia também está ligada às técnicas de cocção e ao preparo dos alimentos, ao serviço, às maneiras à mesa e ao ritual da refeição, abrangido o que se refere a cozinha e culinária estando essas inseridas na gastronomia.

A gastronomia serve como marcador de uma regionalidade construída a partir dos hábitos alimentares dos homens e mulheres ali residentes, corroborando para a

construção de uma fronteira invisível que se faz perceber apenas quando se sucede o confronto entre seus membros (COLLAÇO, 2013, p 18).

[...] as fronteiras e identidades territoriais se encontram solidificadas no imaginário popular, e é sabido que a cozinha regional é construída a partir dessa herança cultural, tradições, mas é inegável que adquire novos arranjos e, conseqüentemente, significados em função de um espírito local mais exacerbado. A questão é que no mundo contemporâneo o local é visto em oposição ao global. Assim, a região é tanto produto da natureza como da cultura, e um poderoso meio de pensar quem somos. (COLLAÇO, 2013, p 19)

A própria evolução das sociedades fundamenta-se na evolução da gastronomia de seus povos: um aglomerado humano que tende a dominar um espaço necessita garantir que suas necessidades alimentícias sejam atendidas, desdobrando a própria agricultura, alterando o meio onde se inseriram (MONTANARI, 2013).

Nesse processo de evolução, as sociedades humanas não se adequaram simplesmente às condições impostas pelo ambiente. Modificaram-nas vez ou outra, também de modo profundo, introduzindo culturas fora das áreas originárias e transformando a paisagem em razão disso. Basta pensar na cultura do arroz do nordeste da Ásia ou na viticultura na Europa centro-setentrional – um verdadeiro desafio tecnológico diante das condições ambientais, iniciado na Idade Média e que continuou na Idade Moderna. (MONTANARI, 2013, p 25)

Cozinha e culinária são sinônimos (FREIXA E CHAVES, 2012), referindo-se ambos os termos ao conjunto de utensílios, ingredientes e pratos característicos de um país ou de uma determinada região. Dizem respeito à arte de preparar os alimentos e às práticas e técnicas usadas para esse fim.

A alimentação é, portanto, o conjunto de ingredientes *in natura* ou industrializados com os quais as pessoas se nutrem, estando ligada aos setores de produção, abastecimento e consumo, ou seja, agricultura, pecuária, indústria alimentícia, mercados e feiras. Também tem vínculos com a nutrição que estuda os alimentos e de que forma eles devem ser combinados e preparados de modo que o indivíduo tenha uma vida saudável (FREIXA; CHAVES, 2012, p 22).

3.2 A formação da culinária maranhense

Cavalcanti (2007) discorre sobre a influência francesa na culinária maranhense, afirmando que, se a história do Brasil fosse contada por gastrônomos e cozinheiros,

tudo o que nós aprendemos na escola teria de ser estudado de novo. Vejamos, por exemplo, o caso da invasão francesa no Maranhão. Os franceses fundaram São Luís em 1612 e apenas dois anos mais tarde foram desalojados de lá, definitivamente. Do ponto de vista gastronômico, no entanto, seu feito foi glorioso.

Comandada por três aristocratas, Daniel de La Touche, senhor de La Ravardière; o almirante François de Rasily, senhor de Aumers; e o financista Nicolas de Sancy, Senhor de La Monte e de Gros-Bois, a expedição francesa incluía inúmeros amigos da boa mesa. Enquanto estiveram por aqui, comeram do bom e do melhor, explorando com método, gosto e uma maravilhosa ausência de preconceitos os recursos culinários da região (CAVALCANTI, 2007).

A culinária maranhense formou-se, sobretudo, por localizar-se meio à rota transitória entre o Norte e o Nordeste, naturalmente sofrendo influências dos estados vizinhos. Na fronteira com o Piauí, não se sabe qual é a sua origem, como é o caso do Maria-Isabel-carne seca refogada com arroz e farofa de banana, no norte, confunde-se com o Pará, como ocorre com a juçara, cuja variante está no nome. Palmeira de porte elegante de cujos frutos se fazem diversas sobremesas, é a mesma palmeira açai do Pará (CAVALCANTI, 2007).

Mesmo sofrendo influência dos franceses, holandeses, árabes, africanos e índios que ali já habitavam e depois de seus estados vizinhos Piauí e Pará a culinária maranhense conseguiu criar sua própria identidade gastronômica e vem mantendo até os dias atuais com a característica de uma das culinárias mais saudáveis e ricas do país, de pratos favorecidos pela pesca fresca, coco natural e moderação nos temperos e gordura, havendo salvaguardado sua identidade (MATOS, 2007).

A fim de asseverar a importância da vinagreira para os hábitos alimentares do Maranhão, serão abordados primeiramente os aspectos físicos e botânicos dessa espécie. O intuito dessa primeira abordagem é mostrar que se trata de uma espécie incrivelmente rica em extratos minerais, nutritivos e vitamínicos.

3.3 Propriedades do *Hibiscus sabdariffa*

Nomeada cientificamente por *Hibiscus sabdariffa* (BITTENCOURT, 1985), a vinagreira é uma das principais representantes da família *Malvaceae*, ou malváceas, a maior da ordem *Malvales*. É, ainda, a mesma família do algodoeiro, com que

compartilha algumas características taxonômicas. Joly (2002) traz as seguintes informações sobre essa família.

São plantas de hábito variado, com ervas, arbustos e árvores, com folhas inteiras ou profundamente lobadas ou partidas, sempre palminérvias (com várias nervuras principais a saírem da base do limbo) [...]. Flores em geral grandes e vistosas, cíclicas, muitas vezes hermafroditas [...] (JOLY, 2002).

Figura 1 - Espécime adulto de *H. sabdariffa*



Fonte: a autora

A primeira palavra de *Hibiscus sabdariffa* denomina o gênero dos hibiscos, que, traduzido do latim, quer dizer "erva arbustiva" (vide Latin Modern Dictionary, domínio público), classificando-se, pois, na segunda variedade proposta por Joly para essa família. Segundo o mesmo autor, "*certas espécies de Hibiscus produzem frutos comestíveis como o quiabo, a rosélia e a vinagreira*". A taxonomia completa da espécie segue na ficha abaixo, conforme dados extraídos de Joly (2002).

Quadro 1 - Taxonomia do <i>H sabdariffa</i> segundo Joly (2002)	
Reino	<i>Plantae</i>
Divisão	<i>Angiospermae</i>
Ordem	<i>Malvales</i>
Família	<i>Malvaceae</i>
Gênero	<i>Hibiscus</i>

A vinagreira (*Hibiscus* S.) depende de algumas condições físicas para desenvolver-se plenamente. Trata-se de uma planta adaptada ao clima quente, desenvolvendo-se bem entre temperaturas de 21 °C e 35 °C, sendo prejudicada por

épocas secas e frias, posto que regiões quentes com precipitações anuais entre 800 mm e 1600 mm são as mais adequadas ao seu cultivo (FREITAS, 2013).

Figura 2 - *H. sabdariffa* florido



Fonte: a autora

Silva (2014), em seu ensaio "*Doenças da vinagreira no Estado do Maranhão*" levanta que a referida espécie é alvo de patógenos como *Cercospora malayensis*, *Corynespora cassiicola*, *Lasiodiplodia theobromae*, *Meloidogyne incognita*, *Phytophthora nicotianae* e *Sclerotium rolfsii*. Os principais sintomas de tais ataques seriam podridão das raízes e do caule, manchas foliares, seca dos ramos, murcha de esclerócio e as galhas das raízes. Conforme apontado no estudo, tais patógenos alastram-se pelas plantações e cultivos de *H. sabdariffa* com relativa facilidade.

Durante a pesquisa, percebeu-se que é comum afirmar que a vinagreira chegou em terras brasileiras nos navios que traziam escravos africanos para a colônia, como visto em Lima (1998) e Costa e Galves (2009), além de portais e blogs da internet.

Apesar de esse discurso estar em consonância à cultura popular e ao senso comum, não se encontraram estudos que asseverem essa teoria de maneira firme e irrefutável, todavia, um estudo publicado por Smith (2008) afirma que a presença constante da espécie em diversas regiões da África – muitas delas sendo as terras natais dos referidos escravos – indicam que se trata de uma espécie nativa daquele continente. Pode-se, pois, inferir que o senso comum encontra respaldo geográfico em seus argumentos.

Para a Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (EMBRAPA), a planta foi descrita como “arbusto anual, herbácea, atingindo até 3 metros de altura, de caule ramificado, glabro e vermelho, folhas ‘suculentas’, arroxeadas e de sabor ácido, ligeiramente adstringente.” (BITTENCOURT, 1995).

Divide-se, pois, a vinagreira em cinco partes: raiz, caule, folhas, flores e frutos, dando-se maior destaque às folhas e caule, posto que sobre eles mais se encontram estudos fitoquímicos quantitativos, além de serem as partes mais utilizadas na culinária maranhense, principal foco do presente trabalho.

As raízes do *H. sabdariffa* são do tipo fasciculado, isto é, não apresentam eixo central e crescem igualmente (AMABIS, 2010). Relativamente finas, com espessuras de até seis milímetros de diâmetro, e pouco profundas, atingindo até trinta centímetros de profundidade, ramificam-se bastante, garantindo à planta uma boa sustentação.

Como os espécimes geralmente são encontrados em áreas de solo pouco rígido, a região polífera - aquela responsável pela captação de víveres - consegue absorver facilmente a água e os minerais necessários à fisiologia da planta. De sabor amargo e de boa consistência, mesmo que facilmente dobrável, pode ser usada para extração/produção de óleos e reduções não culinárias.

Os caules têm espessuras de oito milímetros até dois centímetros de diâmetro. Os mais grossos encontram-se mais próximo à base da planta, para conferir uma melhor sustentação. Ramificado, sem pelos ou penugem, e de coloração avermelhada, apresentam concentração de 15,28 mg/100g de HCl(aq) (ácido clorídrico aquoso), sendo, comprovadamente, relativamente ácido (FREITAS, 2013). Os usos do caule se dão sobremaneira na produção de óleos e extratos vegetais, além de ser usado como acessório às folhas em preparações culinárias quando se almeja um prato de sabor mais presente.

As folhas desenvolvem-se a partir de ramificações do caule, partindo de um eixo central e espalhando-se radialmente daí. Apresentam nervuras bem marcadas e seu verso são mais perceptíveis no dorso das folhas, devido à coloração menos intensa que o lado oposto a esse. O contorno é marcado por denticções leves que seguem o esquema das nervuras.

São folhas pouco espessas e leves, que podem ser “magoadas” facilmente. Quando crescem, costumam inclinar-se para baixo, devido à gravidade, e enrolam-se devido à estruturação das nervuras. Variam em tamanho e largura conforme as condições do meio onde se encontra o espécime e conforme a posição da folha na planta - folhas maiores localizam-se nos trechos de caules mais grossos, crescendo até 27 cm de comprimento e 16 cm de largura (BITTENCOURT, 1985).

Figura 3 - Folha da vinagreira



Fonte: a autora

É o trecho da planta onde mais se concentra ferro (Fe), cuja concentração fica entre 70 e 80 gramas por litro, superando os índices encontrados no caule. As concentrações de cálcio (Ca) chegam até 20 g/L, e, em concentrações menos significativas, encontram-se potássio (K) e fósforo (P), além de baixos teores de magnésio (Mg) e manganês (Mn) (FREITAS, 2013).

Os valores acima observados atestam a importância nutricional das folhas da vinagreira, que ainda apresentam componentes vitamínicos, conforme observado por Freitas (2013).

O consumo de 100 g da folha representa a ingestão de 56,14 % das necessidades diárias desse mineral, mostrando seu grande potencial nutricional, [...], além disso, são ricas em vitaminas A e B1, sais minerais e aminoácidos, podendo ser consumida crua em saladas, assim como o caule, um ótimo ingrediente para o preparo de cozidos como sopas, feijão e arroz. (FREITAS, 2013, adaptado)

Freitas (2013) igualmente assevera que a vinagreira ainda tem potencial como fonte de corante para a indústria alimentícia, além de produtora de fibras para a fabricação de aniagem – tecido grosseiro usado para confecção de sacos e fardos.

Como referido anteriormente, as flores de espécies pertencentes à família *Malvaceae* são geralmente hermafroditas, apresentando tanto androceu quanto gineceu, partes masculina e feminina, respectivamente, constituindo o aparelho reprodutor do indivíduo (Amabis, 2010; Joly, 2003). São “flores sésseis axilares, pétalas róseas ou purpúreas, com pedúnculos vermelhos. Cálice vermelho, sendo que o conjunto do cálice e da corola forma a parte mais importante da planta” (BITTENCOURT, 1995).

As flores são conectadas aos caules pelos cálices, cujas propriedades fitoquímicas e componentes nutritivos são estudados em laboratório por inúmeros pesquisadores, *exempli gratia*, Freitas (2013) atesta que o cálice da flor de vinagreira apresenta valores de ácido ascórbico mais elevado que aqueles encontrados em laranjas e mangas, comentando sobre o potencial dessa parte da planta para fins alimentícios.

O cálice do *Hibiscus sabdariffa* L apresenta alto teor de pectinas (mais de 3%), fazendo com que a geléia tenha uma consistência naturalmente firme. Esta parte da planta pode ser utilizada como fonte de extração deste composto para aplicação na indústria alimentícia. (FREITAS, 2013, p 67)

Os estames, aglomerado dos filetes (finos ramos que seguram os depósitos de pólen – antera), também apresentam coloração avermelhada e prolongam-se por até dez centímetros, uma dimensão razoável quando consideradas as dimensões das pétalas, que podem chegar até doze centímetros de comprimento.

Os frutos da vinagreira, geralmente chamados vulgarmente de *hibiscos*, constituem uma “cápsula vermelha, oval, com 5 lóculos, revestida de pelos finos e picantes, encerrando umas 20 sementes negras e uniformes” (BITTENCOURT, 1995, p 3).

Figura 4 - Fruto de *H. sabdariffa*



Fonte: a autora

Além de comestível, o fruto da vinagreira é uma das possíveis bases para o conhecido "chá-de-hipisco", utilizado na medicina popular por seus efeitos calmante, antiescorbútico - combate ao escorbuto, doença provocada pela carência de vitamina C - e diurético, que aumenta a produção de urina, geralmente a fim de reduzir a sensação de "inchaço corporal" provocado pela retenção de líquidos no organismo. Faraji e Tarkhani (1999) afirmam que o respectivo chá também traz contribuições ao tratamento e controle hipertensão.

[...] realizamos este estudo experimental para avaliar o efeito do chá de hibisco (*Hibiscus sabdariffa*) na hipertensão essencial. [...]. Os achados estatísticos mostraram uma diminuição de 11,2% da pressão arterial sistólica e uma diminuição de 10,7% da pressão diastólica no grupo experimental 12 dias após o início do tratamento [...]. Três dias após a interrupção do tratamento, a pressão arterial sistólica foi elevada em 7,9% e a pressão diastólica foi elevada em 5,6% nos grupos experimental e de controle [...]. Este estudo prova a crença pública e os resultados de estudos in vitro sobre os efeitos do chá azedo na redução da pressão arterial elevada. Estudos mais extensos sobre este assunto são necessários. (FARAJI; TARKHANI, 1999, p 2.)

Em um estudo publicado no periódico *Food Chemistry*, Mohd-esa (2010) discorre sobre o uso de sementes como complementos dietéticos antioxidantes, afirmando como segue no excerto abaixo, de tradução nossa, onde a vinagreira atende pelo nome vulgar de rosélia. Vale ressaltar que tais sementes são matéria prima para óleos culinários.

Os extratos de sementes de rosélia encontraram a maior atividade antioxidante e a maior atividade de eliminação de radicais de todas as plantas testadas. [...] Os resultados mostraram que as empanadas tratadas com sementes de rosélia reduziram a oxidação lipídica em comparação com as empanadas tratadas com BHT. Este estudo sugere que as sementes de rosélia têm o potencial de ser usadas como antioxidantes alimentares. (MOHD-ESA, 2010, p 3)

3.4A Vinagreira servida à mesa

É notório que a vinagreira está presente na alimentação dos maranhenses desde a formação da sua cultura, a princípio a planta era consumida somente pelo seu valor cultural passado de geração a geração talvez sem o conhecimento de seus valores nutricionais já citados anteriormente. A planta apresenta uma versatilidade em forma de preparações culinárias com técnicas de preparo herdadas dos povos que fundaram o estado. Da planta usa-se as folhas e os frutos para compor pratos presente nos estabelecimentos do ramo e nas cozinhas dos lares, embora ainda não sejam registrados oficialmente, favorecendo adaptações, misturas culturais a outros pratos.

O emblemático cuxá - preparação à base das folhas de vinagreira (*H sabdariffa*) branqueadas e maceradas transformando-as em uma “papa” tão apreciada nos esparregados, feita a faca pelos portugueses, foi desenvolvido no pilão no Brasil. O prato tem em sua composição a presença do gergelim, herança dos árabes (LIMA,

1998, p 27). Povos indígenas contribuíram com a presença da farinha de mandioca, que torna a preparação mais espessa (*Ibid*, p 27).

Figura 5 - Cuxá



Fonte: Flavors of Brazil, 2010.

A partir do cuxá criou-se o arroz-de-cuxá, prato reconhecido como patrimônio imaterial do estado, cuja preparação tem como base essa “papa” das folhas de vinagreira, acrescida de arroz, camarão seco e camarão fresco (LIMA, 1998).

Figura 6 – Arroz-de-cuxá



Fonte: Shutterstock, 2009.

Ainda da folha da vinagreira (*H sabdariffa*), fazem-se preparações como o risoto de cuxá, o bolinho de arroz-de-cuxá (aperitivo) e arroz de vinagreira, sendo esta última uma preparação à base das folhas cruas refogadas. Do fruto tiram-se a geleia (denominada geleia de hibisco), doces, compotas, licores e sucos (LIMA, 1998), todos de alto teor nutritivo (FREITAS, 2013).

Figura 7 – Geleia de Hibisco



Fonte: Shutterstock, 2009.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise dos dados coletados levou à conclusão de que de fato a vinagreira é um insumo com vastas possibilidades de uso na gastronomia. Sua presença se faz sentir desde pratos tradicionais, como o cuxá, até preparações como geleias. São resguardados também alguns usos fora da cozinha, como fortificante de adubo e componente de cerveja.

Quanto à revisão de literatura é importante ressaltar a escassez de trabalhos que abordem a vinagreira do ponto de visto etnogastronômico. São muitos os trabalhos que narram suas propriedades biológicas e nutricionais, mas pouco se tem pesquisado sobre sua relevância enquanto alimento, frente a uma abordagem que considere a cultura dos povos.

A versatilidade da vinagreira pode ser atestada pela quantidade de receitas e formas de fazer que a planta permite, o que a torna relevante no campo da gastronomia, sendo tradicional sua presença na culinária maranhense ao remeter à regionalidade dos costumes deste povo.

O cuxá um dos pratos elaborados com a vinagreira faz parte da identidade gastronômica maranhense, sendo um dos símbolos imateriais de seu patrimônio. E assim, sendo a gastronomia mais que a execução de pratos, ela reflete a cultura do povo, transmitindo valores de geração a geração e se manifestando à mesa.

Frente a isto foi possível atestar a versatilidade da vinagreira e seu papel de destaque na construção da identidade Maranhense frente ao seu papel etnogastronômico, servindo como marcador da regionalidade construída a partir da transmissão de saberes o uso ao longo de gerações.

REFERÊNCIAS

- AMABIS, José Mariano; MARTHO, Gilberto Rodrigues. **Biologia 2 – Seres Vivos** 3ª edição. São Paulo: Moderna, 2010.
- BITTENCOURT, Anna Maria; GUIMARAES, IS de S. **Vinagreira: fonte de antocianinas para alimentos**. EMBRAPA-CTAA, 1985.
- BRASIL. **Decreto n. 3.551, de 04 de agosto de 2000**. Institui o Registro de Bens Culturais de Natureza Imaterial que constituem patrimônio cultural brasileiro, cria o Programa Nacional do Patrimônio Imaterial e dá outras providências. Brasília, 2000.
- CAVALCANTI, Pedro Rodrigues de Albuquerque. **A pátria das panelas: histórias e receitas da cozinha brasileira**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2007.
- COLLAÇO, Janine Helfst Leicht. **Gastronomia: a trajetória de uma construção recente**. 2013
- COSTA, Yuri; GALVES, Marcelo Creche. **O Maranhão Oitocentista**. Imperatriz: Ética / São Luís: Editora UEMA, 2009.
- DÓRIA, Alberto. **A culinária materialista: a construção racional do alimento e do prazer gastronômico**. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2009.
- FARAJI, M. H.; TARKHANI, A. H. The effect of sour tea (*Hibiscus sabdariffa*) on essential hypertension. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 65, n. 3, p. 231-236, 1999.
- FILHO, Domingos Vieira. **Folclore Brasileiro: Maranhão**. Rio de Janeiro: Ministério da Educação e Cultura, 1977.
- FREITAS, Nélio Martins; SANTOS, Angela Maria Correa Mouzinho; MOREIRA, Lucy Rose de Maria Oliveira. Avaliação fitoquímica e determinação de minerais em amostras de *Hibiscus sabdariffa* L (vinagreira). **Cadernos de Pesquisa**, v 20, n. 3, p. 65-72, 2013.
- FREIXA, Dolores; CHAVES, Guta. **Gastronomia no Brasil e no mundo**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Senac Nacional, 2012.
- JOLY, Aylthon Brandão. **Botânica: Introdução à taxonomia vegetal**. Volume 4. São Paulo: Companhia Editora Nacional, 2002.
- LIMA, Zelinda Machado de Castro e. **Pecados da Gula: comer e beber das gentes do Maranhão**. São Luís, CBPC, 1998.
- MACIEL, Mônica Jachetti et al. Avaliação do extrato alcoólico de hibisco (*Hibiscus sabdariffa* L.) como fator de proteção antibacteriana e antioxidante. **Revista do Instituto Adolfo Lutz**, v. 71, n. 3, p. 462-470, 2012.
- MATOS, Matias Augusto de Oliveira. **Pelas quebradas, várzeas e chapadas – uma viagem gastronômica pelo Piauí**. Teresina: Alinea Publicações Editora, 2007.

MENDES, Olga Rabelo. **Avaliação da atividade antioxidante da flor de Hibiscus sabdariffa comercializada no município de Palmas – TO**. 2014-2015. 40 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Tecnólogo). Centro Universitário Luterano de Palmas, Palmas, 2015.

MOHD-ESA, Norhaizan et al. Antioxidant activity in different parts of roselle (Hibiscus sabdariffa L.) extracts and potential exploitation of the seeds. **Food Chemistry**, v. 122, n. 4, p. 1055-1060, 2010.

MONTANARI, Massimo. **Comida como cultura**. 2ª edição. São Paulo: Editora Senac São Paulo, 2013.

RODRIGUES, Selma da Glória Guerreiro. A contemporaneidade da gastronomia ludovicense:(Cuxá) X Big Mac/Mac Donald na cultura, identidade e tradição. **Revista Cambiassu. Universidade Federal do Maranhão–UFMA**, n. 4, p. 311, 2008.

SMITH, Francisca Ifeyironwa, African leafy vegetables: their role in the World Health Organization's global fruit and vegetable initiative. In: Oniang'o, R., Grum, M. and Obel-Lawson, E. Developing African leafy vegetables for improved nutrition. **Rural Outreach Program**. Nairobi, Kenya. 2008.

