

# EMBALADOS PELA NATUREZA

Há séculos a culinária brasileira conta com as **folhas de plantas** não só para cozer e dar sabor aos pratos, mas também para conservá-los

por Rachel Bonino\* **Ilustração** Denise Mikowski

**As folhas sempre** fizeram parte da alimentação do brasileiro, mas uma parte delas não é vista como um ingrediente. No lugar de formarem a comida no prato, elas são o próprio prato, panela, assadeira – ou seja, o suporte para as preparações. Pela flexibilidade e resistência, folhas como a da bananeira, palha do milho, do caetê e outras tantas são embalagens naturais usadas ainda hoje para assar, cozer, conservar, manter a umidade e proteger a comida do fogo.

Um das primeiras comidas “embaladas” registradas por cronistas e viajantes que passaram pelo Brasil foram as moquecas, preparo indígena diferente das versões baianas e capixabas com as quais estamos acostumados. “Sem caldo ou molho, secas, envoltas em folhas de coqueiro ou de bananeira, e assadas em fogo lento ou no borralho, têm o nome particular de moqueca enfolhada”, assim explica Luís da Câmara Cascudo, um dos maiores estudiosos da cultura nacional, em seu livro *História da alimentação do Brasil* (1967).

Apesar de a folha de bananeira ser usada para embalar este prato indígena, a mesma só foi introduzida no País a partir da expansão portuguesa. Antes da colonização, os índios empregavam outras folhas em comidas que iam para moqué (estrutura suspensa sobre o fogo) ou eram colocadas no borralho (em contato direto com as cinzas). Um dos exemplos é o caetê. Espalhada pela Mata Atlântica, esta folha nativa larga e comprida, agrupada em touceiras, tem textura mais fina que a da bananeira e, por isso, é mais maleável. João Rural, pesquisador

das tradições caipiras paulistas, contou em seu livro *No fundo do tacho* (2013) que caetês e helicônias (de origem amazônica e também chamadas de bananeira-ornamental) eram as mais empregadas em moquecas indígenas, pamonhas e demais preparos da região Sudeste antes da proliferação da bananeira pelo território nacional.

O caetê, mesmo não sendo tão popular quanto a bananeira, ainda é aplicado na cozinha. A folha embala a tradicional pamonha de Paraibuna (SP), servida nas festas de Carnaval e de Santo Antônio. Maria Helena Santos, do restaurante local Rancho do Milho, conta que as pamonhas são a atração das festas, mas pouco chamam a atenção dos visitantes. “Só o povo de Paraibuna é que come a pamonha no caetê. O pessoal de outras cidades tem receio da folha, parece. Talvez por ela ser pega no brejo, no mato”, diz. A cozinheira conta que as folhas são lavadas uma a uma com esponja e que, ao contrário das da bananeira, não precisam ser passadas na boca do fogão ou na água fervente para amolecer, porque perdem muito a estrutura. “Recorto a ponta do caule, encaixo umas duas folhas, faço um copinho, encho com a massa de milho e amarro com uma palha.”

Pelos sertões do País, outra embalagem imprescindível na vida de indígenas, tropeiros e bandeirantes foi a palha do milho, que serviu para acomodar produtos feitos a partir do próprio milho e carregados nas monções pelo interior do País, a partir do século 18. “A palha seca era usada para conservar a comida transportada e a palha

## BANANEIRA

Era usada pelos grupos indígenas, mas com aplicação mais comum entre os africanos, também habituados a ela em seu continente de origem. Por ser folha grande e abundante, tem lista extensa de receitas nas cozinhas interiorana e caçara. Precisa ser colocada em água fervente ou passada na boca do fogão para ficar mais maleável e não rasgar.

## CAETÊ

Mais fina que a folha da bananeira, a folha de caetê é utilizada por muitas tribos indígenas ainda hoje. Incluída na lista de palmas usadas antes da colonização portuguesa, é mais apreciada no interior porque, segundo João Rural, em seu livro *No tacho de cobre* (2013) “caipira nenhum suporta o sabor da folha de bananeira”.

## MILHO

A palha desse cereal é uma das embalagens naturais mais antigas do País. Empregada por indígenas e disseminadas por tropeiros e bandeirantes, é multiuso por oferecer duas versões de invólucro – a palha seca e a verde. Sua aplicação mais usual é na pamonha de milho adoçada ou salgada, com a palha verde encaixada ou costurada à máquina.

## TAIOBA

Gabriel Soares de Sousa, em 1587, já havia registrado, em seu livro *Tratado descritivo do Brasil*, o gosto dos nativos do país pela taioba: “comem-se estas folhas cozidas com peixe em lugar dos espinafres”. Pelo registro do colonizador português, o mais comum era o consumo das folhas “cozidas na água e sal.”

## MAMONA

Seu emprego na cozinha é restrito, mas importante na cultura afro-brasileira: serve de prato nas festas de Olubajé, celebração anual ao orixá Obaluaê, sincretizado como São Roque. As comidas ofertadas são colocadas em esteiras no chão e consumida com as mãos pelos participantes. Não há registro de uso da folha para cozer ou assar alimentos.

## MAMOEIRO

Citada por Jean-Baptiste Debret, em seu *Viagem pitoresca e histórica pelo Brasil* (1831), a folha de mamoeiro usada como opção para embalar comidas pode ter caído em desuso ou então ter sido confundida pelo autor. Os registros de venda de comida de rua no período mencionado atestam apenas o uso de folhas de bananeiras e de milho no Rio de Janeiro do século 19.

## HELICÔNIA

Também chamada de bananeira-ornamental, essa planta é trabalhada na cozinha muito regionalmente, mais comum entre tribos indígenas. Assim como o caetê, pode ter tido o emprego limitado dada à oferta mais frequente de folhas de bananeiras.





verde, para cozinhar, assim como a folha da bananeira”, conta Telma Lopes Machado, estudiosa das histórias do Goiás Antigo. Ela reproduz receitas antigas como o pau-a-pique (pasta de mandioca assada na folha de bananeira) e a matula de galinha (pasta dessa carne temperada, com farinha de milho e envolta na palha) na cozinha de sua Fazenda Babilônia, em Pirenópolis (GO).

Ainda que as funcionalidades das embalagens naturais já tenham sido supridas por um arsenal de produtos industrializados, cozinheiros são unânimes em atestar uma característica que só elas têm: a capacidade de transferir um sabor a mais aos pratos. No dia em que precisou substituir a folha de bananeira pelo papel-alumínio, a cozinheira Angélica Moreira, do restaurante Ajeum da Diáspora, em Salvador (BA), percebeu a diferença no paladar: o abunã (pasta de feijão-fradinho e mariscos) ficou estranho. “A folha de bananeira passa um sabor diferente, fica mais gostoso. Acho que é porque a banana é uma fruta bem gostosa, né? ”, associa.

O repertório de comidas brasileiras também inclui outras folhas de aplicação muito específica ou que já caíram no esquecimento. Em seu *Viagem pitoresca e histórica ao Brasil* (1831), o francês Jean-Baptiste Debret cita que as baianas vendedoras de comida de rua do Rio de Janeiro, no século 19, ofereciam “bolos de canjica, pasta açucarada feita com farinha de milho e leite e vendida em folhas de mamoeiro” – esta última sem uso atualmente. Já as folhas da mamona, curiosamente parecidas com as do mamoeiro, são usadas hoje na Bahia nos terreiros em dias especiais, como na festa de Olubajé. Na ocasião, as comidas oferecidas às divindades são dispostas no chão e cada participante da festa usa a folha da mamona como prato para acomodar porções de cada quitute pinçado com os dedos.

No litoral paulista, o chef Eudes Assis, do Taioba Gastronomia, usa as folhas para fins variados, do preparo de ingredientes à decoração das bandejas de petiscos. Em seu restaurante em São Sebastião (SP) ele ainda utiliza a taioba como folha que embala peixes, cuscuzes e outros pratos. A diferença é que, ao contrário das demais folhas, a taioba pode ser consumida junto da comida que envolveu. Sinta a diferença entre as embalagens que a natureza nos proporciona com as receitas preparadas pelo chef Assis com exclusividade para os leitores da *Menu*.

#### Taioba Gastronomia

rua Tijucas, 55 - Camburi  
(12) 3865-2846 - São Sebastião - SP  
taiobagastronomia.com.br



No alto, o chef Eudes Assis. Acima, a tapioca com doce de banana e confit de limão na folha de caetê e, ao lado, as lulas à provençal na folha de bananeira



confira as receitas nas pág. 71 e 72



fotos Divulgação/ Bruno Ferreira



Rachel Bonino é jornalista e autora do blog *Sacola Brasileira* ([asacolabrasileira.com.br](http://asacolabrasileira.com.br)), que retrata os ingredientes da cultura alimentar nacional