

Com elevado valor nutritivo, a castanha-de-baru está conquistando os mercados interno e externo. O aumento na demanda é acompanhado por pesquisadores que veem a necessidade de conciliar a produção extrativista com o plantio correto da espécie

# O superalimento do Cerrado

» MÁRCIA MACHADO

Mais conhecida nas regiões Centro-Oeste e Nordeste, a castanha-de-baru (*Dipteryx alata*) ultrapassa as fronteiras e ganha o gosto de consumidores do Sudeste e de países da América do Norte, Europa e Ásia. Fruto típico do Cerrado com elevado poder nutritivo, a amêndoa desperta o interesse das pessoas que buscam por alimentos saudáveis e conquistou o paladar de gente famosa.

Segundo a professora do curso de engenharia de alimentos da Universidade Federal de Goiás (UFG) Rosângela Vera, o baru é rico em óleo e proteína. O teor de óleo da castanha pode chegar de 35% a 38%, e de proteína a 23%, para cada 100 gramas. Percentuais considerados pela professora “bastante elevados”, fazendo com que o fruto seja bem calórico. “Mas é uma gordura de excelente qualidade com altos teores de ácidos graxos, insaturados, se comparada à do azeite de oliva e à do óleo de amendoim, em termos de insaturação”, explica.

Considerada um superalimento por pesquisadores, a castanha do baru possui elevado teor de fibras. Nela, também são encontrados minerais como o potássio e o magnésio. “Então, é uma amêndoa bastante nutritiva, que a gente pode consumir sem muita restrição, exceto pelo valor calórico”, completa Rosângela.

Além da castanha, a indústria de alimentos processa a polpa do baru para a produção de farinha que pode ser utilizada em pães, bolos e biscoitos. “Ela tem um teor de mais de 65% de carboidratos, entre eles, açúcares, um pouquinho de gordura, por volta de 3%; proteína, 4%; e até 5% de fibras”, enumera a pesquisadora, lembrando que a casca, ao ser queimada, pode ser utilizada como energia para a torrefação da castanha, aproveitando 100% do fruto.

Rosângela alerta, no entanto, que, assim como o feijão, o baru é uma leguminosa e também não deve ser consumido cru. “Quando torrado são eliminados os fatores antinutricionais — que reduzem a absorção de proteína —, além do fato de que, in natura, a castanha não é tão saborosa”, recomenda.

## Partiu, Europa

A pesquisadora da Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária (Embrapa Cerrados) Helenice Moura está de malas prontas para participar, entre 19 e 21 deste mês, em Florença, na Itália, do Centennial Celebration and Congress of the International Union of Soil Sciences. Na bagagem, leva uma quantidade de castanhas de baru torradas para distribuir ao público, durante apresentação sobre o alimento típico do Cerrado. “É um evento grande e internacional da área de solos, onde estarão vários pesquisadores de outras universidades, uma oportunidade para apresentar a castanha para as pessoas”, argumenta.

Helenice vai falar sobre a produção de mudas e o manejo de adubação de cobertura para o estabelecimento do baruzeiro no Cerrado, resultado de pesquisa alcançado em projeto desenvolvido pela Embrapa Cerrados (DF) em parceria com a Embrapa Agroindústria de Alimentos (RJ).

Quase a totalidade da produção de baru no país vem do extrativismo, ou seja, de baruzeiros nativos do Cerrado.

Ed Alves/CB/DA.Press



A pesquisadora Helenice Moura vai apresentar a castanha-de-baru em um seminário em Florença, na Itália

Ed Alves/CB/DA.Press



Árvore nativa do Cerrado, o baruzeiro pode ser plantado em áreas de recuperação ambiental

Divulgação



Luis Roberto no depósito de baru, antes da quebra dos frutos e da extração das castanhas

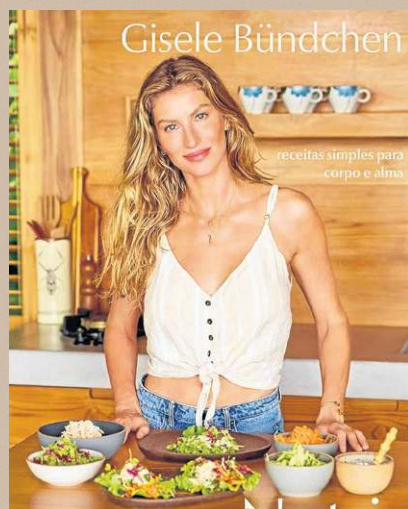
## Dicas de Gisele

Em seu livro *Nutrir: Receitas simples para corpo e alma*, editora Best-seller, a supermodelo brasileira Gisele Bündchen disponibilizou uma receita de barrinhas de castanha-de-baru. Segundo o site da Copabase, cooperativa que comercializa produtos da sociobio e da agricultura familiar, a edição está gerando um impacto significativo no aumento da procura pela castanha-de-baru.

Conectada com a luta pela preservação da natureza, a modelo dá dicas de como manter um estilo de vida mais sustentável, destacando a

importância de escolhas conscientes para a preservação do meio ambiente e do bem-estar do planeta.

É nesse contexto que a ativista ambiental e empresária reuniu 100 receitas descomplicadas e revigorantes com ingredientes do dia a dia, entre eles a castanha do Cerrado. “Nas receitas, a castanha-de-baru pode substituir a castanha-de-caju, a castanha-do-pará, a amêndoa, o pistache, as nozes”, indica a professora do curso de Engenharia de Alimentos da Universidade Federal de Goiás Rosângela Vera.



Os extrativistas e os quilombolas na Chapada dos Veadeiros e em Pirenópolis, em Goiás, por exemplo, coletam o fruto há muito tempo, segundo Helenice. “Faz 10 anos que os pequenos produtores começaram a exportar para outros países, onde as pessoas começaram a consumir a castanha, o que tem aumentado a demanda”, comenta.

Diante do risco de o Brasil não conseguir abastecer os mercados interno e externo, além da necessidade de

proteger a espécie, a Embrapa Cerrados desenvolve a tecnologia para o plantio de baruzeiros, integrando em uma mesma área de produção a floresta, a lavoura e a pecuária. “Precisamos manter o manejo agroextrativista de uma forma social, justa e ambientalmente correta; e os plantios têm de ser de espécies diversificadas para não correr o risco de eventuais pragas”, explica a pesquisadora.

O estudo encontra-se no estágio

de melhoramento e seleção dos melhores materiais genéticos, realizando experimentos de semeadura direta em áreas de desmatamento, onde o produtor precisa fazer a compensação ambiental. “Estamos também fazendo análises de adubação, de espaçamento, plantios consorciados, então, é um projeto enorme”, destaca.

O desenvolvimento desse pacote tecnológico do baruzeiro visa, sobretudo, preservar o ambiente natural,

de acordo com a pesquisadora. “É necessário manter o agroextrativismo de forma sustentável e os plantios que forem sendo implantados precisam ser conduzidos de forma correta. Então, para isso, é necessária essa tecnologia, que a gente só consegue por meio da pesquisa”, conclui.

## Cooperativismo

A Central do Cerrado, que reúne agricultores familiares extrativistas, em Sobradinho, comercializa em torno de 10 a 20 toneladas de baru por ano. Organizados em cooperativas e associações, os agricultores enviam tanto a castanha crua, quanto a torrada, a depender da estrutura agroindustrial da região onde foi colhido o fruto. “Onde não tem estrutura, a gente recebe, faz a torra, embala e coloca no mercado. Sempre dando crédito do local de origem e dos proprietários, os donos da cooperativa”, explica o secretário-executivo da Central do Cerrado, Luis Roberto Carrazza.

São 40 associados distribuídos em nove estados. “Eles se juntaram porque, no interior, eles têm dificuldades de acessar o mercado. Precisava de uma estrutura com depósito, com equipe, com esforço de venda. E resolveram criar esse coletivo, na medida em que, devido à escala de produção, era inviável vender os produtos individualmente”, avalia.

O carro-chefe da distribuidora é a castanha-de-baru (com e sem sal), mas o local também comercializa outros produtos à base da amêndoa, como molho pesto, pasta e a Barutella, delicioso creme que reúne em sua composição cacau, chocolate, chantilly e, claro, o nobre alimento do Cerrado.

Criada há 20 anos, a Central do Cerrado, atualmente, possui estratégia de venda direta ao consumidor (em feiras e eventos), em supermercados e hipermercados. Além disso, o produto está em lojas virtuais. “A gente faz um trabalho de prospectar e abrir mercado para os produtos dos nossos cooperados”, enfatiza o secretário-executivo.

Por meio das lojas virtuais, segundo Luis Roberto, a castanha é exportada para os Estados Unidos e países da Europa. “Estamos tentando abrir uma loja, em parceria com o WWF Brasil, na Bélgica, para promover os produtos do Cerrado”, projeta Luis Roberto.

## Veganos

Com altos valores nutritivos, a castanha-de-baru se tornou uma febre entre consumidores veganos, nutricionistas, chefs de cozinha e na própria indústria de alimentos. Luis Carrazza conta que está sendo bastante procurado por esse público de Brasília e de outros estados, como São Paulo e Rio de Janeiro.

A notoriedade que o superalimento vem conquistando, no entanto, é acompanhada da apreensão de quem trabalha com a castanha, consciente de que a produção deve estar ancorada nos aspectos social, ambiental e econômico. “É preciso garantir a qualidade do produto, assim como a segurança e a integridade dos agricultores familiares, evitando que haja trabalho degradante, infantil e análogo ao escravo”, ressalta Luis Carrazza, lembrando da necessidade de gerar alternativas de renda a partir do uso sustentável da biodiversidade nativa.

Colaborou Caio Ramos, estagiário sob a supervisão de José Carlos Vieira

