

Erva-mate – Muito mais que a árvore símbolo do RS

Roberto Ferron | Eng. florestal | Coordenador da CEEF do GREA/RS

A planta erva-mate – *Ilex paraguariensis* St. Hil. – foi instituída árvore símbolo do RS pelo Decreto Lei nº 7.439, em 08 de dezembro de 1980, devido sua importância econômica, cultural e alimentícia. Cultivada desde os primórdios pelos índios tupis-guaranis, difundiu-se pelas Colônias Espanholas e Reduções Jesuíticas. Ganhou o mundo pelos jesuítas, como “erva milagrosa”. Os tropeiros a difundiram pelo Brasil. Nesta matéria, não vamos falar dos aspectos técnicos de cultivo, manejo de ervais e rendimento econômico. Vamos falar por que é consumida por mais de 100 milhões de consumidores e vem ganhando adeptos no mundo inteiro. Vamos falar de suas propriedades medicinais, que continuam sendo cultuadas de mão em mão, pelo chimarrão (infusão de água quente em fragmentos de folha e talos moídos), tererê (infusão em água fria) ou chá mate. De 90% a 95% do volume produzido destina-se ao chimarrão e o restante é destinado a outros usos e bebidas. Infelizmente, por restrição da legislação, que a considera um alimento e não um remédio, não se pode colocar no pacote de erva-mate suas inúmeras propriedades terapêuticas. Estudos e análises sobre a erva-mate têm identificado diversas propriedades nutritivas, fisiológicas e medicinais, conferindo-lhe características de um alimento quase completo, pois contém boa parte dos nutrientes necessários ao nosso organismo. Em sua composição química, há alcalóides (cafeína, metilxantina, teofilina e teobromina), taninos (ácidos fólico e cafeico), vitaminas (A, B1, B2, E e E), sais minerais (alumínio, cálcio, fósforo, ferro, magnésio, manganês e potássio), proteínas (aminoácidos essenciais), glicídios (frutose, glucose, rafinose e sacarose), lipídios (óleos essenciais e substâncias ceráceas), além de celulose, dextrina, sacarina e go-



mas. Suas propriedades terapêuticas são inúmeras, é estimulante da atividade física e mental, atuando benéficamente sobre os nervos e músculos, e eliminando a fadiga. Atua sobre a circulação, acelerando o ritmo cardíaco, e harmoniza o funcionamento bulbo-medular. Age sobre o tubo digestivo, facilitando a digestão e favorecendo a evacuação e mictação. É ótimo remédio para a pele, reguladora das funções do coração e da respiração, além de exercer importante papel na regeneração celular. Suas propriedades antioxidantes lhe conferem um poder extraordinário, auxiliando na manutenção e regeneração das células e, conseqüentemente, no prolongamento da vida dos seres humanos. Estas são uma das razões do porquê o povo gaúcho tem sua expectativa de vida maior que os demais no Brasil. A indústria química está passando a utilizar a erva-mate em tinturas de cabelo e diversos medicamentos. Sua poderosa ação antimicrobiana está se confirmando. Países europeus importam a erva-mate, para os mais diferentes usos. Na Espanha e Portugal, é vendida em farmácias, como medicamento. Na Alemanha, é utilizada para fabricação de gasosa e vermute. Há um bom tempo, a Natura lançou uma linha de cosméticos à base de erva-mate, como xampu, sabonete e loção pós-banho. Este ano, a empresa Seiva Pura, com sede em Ijuí/RS, lançou sua linha de cos-

méticos, incluindo pasta de dente, cremes para a pele, sabonetes e xampus. O chá de erva-mate é uma bebida energética muito apreciada no Estado do Rio de Janeiro e nas praias do norte do país. Certamente, por essa demanda, a Coca-Cola entrou no negócio, adquirindo uma famosa empresa do Paraná, a Leão Junior. Mas, recentemente, o uso da erva-mate chegou à gastronomia, com receitas criadas e elaboradas pela Extensionista de Bem-Estar Social da Emater, em Ilópolis, Ludmila Alves Gallon, as quais estão sendo demonstradas e degustadas em cursos, dias de campo, eventos municipais e regionais. Essas receitas vão desde o chá, o suco, a geléia, o licor, o sorvete artesanal, as balas, as cucas, os bolos, os pães, os biscoitos, as massas para pizza e panquecas, entre outras. Segundo a Extensionista, a erva-mate na gastronomia é uma nova alternativa que gerou muita curiosidade e foi uma ousadia que resultou em receitas gostosas. A experiência deu grande repercussão, sendo divulgada em diversos canais de comunicação, como jornais e TVs. Por tudo isso, o produto mate fez consumidores e gerou através da indústria e comércio muitos povoados e municípios, inclusive foi a razão da criação do Estado do Paraná. Cultivada em 486 municípios do Rio Grande do Sul, Santa Catarina, Paraná e Mato Grosso do Sul, a erva-mate abastece 725 indústrias, as quais produzem 355 mil toneladas/ano, gerando 710 mil empregos e recursos de R\$ 180 milhões/ano. Sua produção é proveniente de 180 mil propriedades rurais, especialmente pequenas propriedades. Devemos lembrar que essa espécie vegetal, chamada erva-mate (*Ilex paraguariensis* St. Hil.) ou *yerba-mate*, é a própria essência do Mercosul. Pois nenhum outro produto une tão fortemente os países do Mercado Comum do Sul.

Chantily com erva-mate (p/ cobertura do sorvete)

Ingredientes

4 claras, 1 colherinha de chá de suco de limão, 12 colheres de açúcar, 100 gramas de nata, 2 colheres de pó de erva mate.

Modo de preparar

Bater as claras em neve com o suco de limão, acrescentar o açúcar e bater até ficar bem firme, acrescentar o pó de erva-mate e bater bem, por último acrescentar a nata e bater apenas para misturar bem. Servir o sorvete com o chantily e geléia de erva-mate. Pode-se enfeitar também com coco em flocos ou sementes de gergelim.



CEEF – Câmara Especializada de Engenharia Florestal. Presidente da Associação Gaúcha de Engenheiros Florestais (Agef)