

Resumo

Plantas aromáticas e o azeite permeiam a história da humanidade. Por apreciar esses alimentos, tenho unido seus sabores por meio do uso de destilador. Os experimentos de saborização de azeites com ervas e plantas mundialmente conhecidas como açafraão, alecrim, chimichurri, ervas de Provence, hortelã, louro, manjeriço, orégano, pimenta calabresa, sálvia e tomilho foram satisfatórias. Testei, ainda, uma planta do Cerrado, conhecida popularmente por rosmaninho ou chá de pedestre, que apresentou um excelente resultado quanto ao sabor. A espécie é endêmica na Serra do Espinhaço e foi descrita pelo seu potencial aromático por Saint-Hilaire e von Martius em suas viagens por essa região, no século XIX. Neste sentido, tenho pesquisado por outras espécies para a aromatização de azeites, como as plantas alimentícias não convencionais, no sentido de valorar sabores regionais.

Palavras-chave: especiaria; destilação; saborização, culinária.

Abstract

Aromatic plants and olive oil permeate the history of humanity. By appreciating these foods, I have merged their flavors through the use of distiller. Flavoring experiments of olive oil with species such as safflower, rosemary, chimichurri, herbs of Provence, mint, laurel, basil, oregano, pepperoni pepper, sage and thyme have been satisfactory. I also used a Cerrado species in the aromatization, popularly known as rosmaninho or chá de pedestre, presented an excellent result. This specie is endemic in the Espinhaço Range and it was described for aromatic potential by Saint-Hilaire and von Martius during their travels in this region, in the 19th century. In this sense, I have been researching for other species for the aromatization of olive oils, such as unconventional food plants, in order to value regional flavors.

Keywords: spice; distillation; flavoring, cookery.

Introdução

O uso de plantas para fins alimentares e medicinais sempre foi um universo fascinante no meu entendimento. Desde a antiguidade, Hipócrates (460-370 a.C.), médico grego, ao qual é atribuída parte da obra *Corpus Hippocraticum*¹ ou *Coleção Hipocrática*, afirmava como um princípio básico: “Que o teu alimento seja o teu remédio, e teu remédio seja teu alimento. Passados vários séculos, este aforismo continua atual e incontestável no que concerne à saúde humana” (REGIS, 2014, p. 2). Neste sentido, a busca dos sabores e aromas advindos de plantas aromáticas foi um incentivador para experimentações que desenvolvo com azeites extra-virgem.

Considero o azeite um alimento sagrado. A oliveira, seus frutos e produtos obtidos a partir desta planta fazem parte da história da humanidade. Povos antigos da Mesopotâmia usavam o azeite sobre a pele como protetor contra o frio. Há registros arqueológicos em papiros egípcios do século XII a.C. tendo como referência as oliveiras e seu óleo (BONTEMPO, 2008, p. 29). Na mitologia grega, há citações nas quais a deusa Atena teria criado a oliveira, carregada de frutos, para alimentar seu povo, produzir óleo e utilizar sua madeira. Na Bíblia, no Antigo e Novo Testamento, há inúmeras passagens que mencionam o azeite, citado para diferentes finalidades além da alimentação, como unção no sentido espiritual, e como medicamento, por propriedades cicatrizantes e emolientes (BONTEMPO, 2008, p. 31; SARAMAGO, 2001, p. 7).

Informações históricas sobre o azeite como alimento são confirmadas nos dias atuais em estudos nutricionais em azeites puros. Dadas variações ambientais e de espécies, de forma geral, seu óleo contém entre 60 e 80% de gorduras monoinsaturadas, vitaminas lipossolúveis, assim como outras substâncias antioxidantes (ALMEIDA et al., 2015, p. 14). É considerado um alimento funcional pelos seus constituintes, ou seja, além de nutrientes, possui substâncias bioativas benéficas à saúde, se consumidos na dose certa e diariamente (BONTEMPO, 2008, p.21-24).

Nessa mesma linha de pensamento, pode-se dizer que plantas aromáticas e/ou especiarias também caminham com a história da humanidade. Em suas experimentações, o ser humano descobriu características de plantas seja como alimento, medicamento, veneno, dentre outros. Neste sentido, Jean Marie Pelt (2003, p. 27) afirma:

Presentes nos alimentos, nos remédios, nas misturas destinadas ao culto, utilizadas para o prazer, a saúde e o sagrado, as especiarias estão de tal modo integradas na história das civilizações que seria possível reescrever a crônica dos impérios apenas seguindo as rotas por elas trilhadas (PELT, 2003, p. 27).

Neste contexto, associei o uso de azeites extra-virgem às plantas aromáticas/especiarias em destiladores a partir de cursos práticos dos quais participei em São Gonçalo do Rio das Pedras, município do Serro, em 2011 e 2013. Na ocasião, utilizamos dois tipos de destiladores: aço e vidro. O destilador de vidro é menor, necessita de pouca matéria prima, de fácil utilização e requer pouco espaço, ou seja, ideal para aqueles que realizam pequenas experimentações, como meu caso (Figura 1). Ao adquirir este destilador, comecei a destilar águas aromáticas e azeites medicados, com alta concentração de partes de plantas para fins medicinais.

¹Nome dado à obra atribuída à Hipócrates e inúmeros outros autores, composta por cerca de 72 livros e 59 tratados (ROSA, 2012, p. 187).

Figura 1: Destiladores em vidro refratário e maceradores em curso de extração de óleos essenciais, São Gonçalo do Rio das Pedras, Minas Gerais, 2011. Foto: Danielle Piuzana.



Passei a realizar testes aromatizando azeites para fins alimentares: saborizados com plantas aromáticas da horta e algumas misturas de ervas e especiarias secas, tais como ervas de *Provence*, *chimichurri* e pimenta calabresa. A partir desta breve introdução, relato mais detalhadamente minha experiência.

A tríade: azeite, plantas aromáticas e destilador

A minha primeira tentativa de aromatização do azeite ocorreu de forma intuitiva, quando inseri um galho de alecrim verde (*Rosmarinus officinalis*) em um vidro de azeite extra-virgem. A experiência não foi satisfatória, uma vez que a água presente na planta se manteve no azeite, deixando-o completamente turvo. Entretanto, notei que o seu sabor havia modificado.

A experiência mais satisfatória e que aplico nos dias atuais é a aromatização do azeite em destilador de vidro refratário, técnica aprendida no curso de extração de óleos essenciais. O destilador de vidro é composto por duas partes: a cucurbita, parte inferior, na qual adiciona-se o azeite e plantas aromáticas maceradas e o nariz, parte superior, também em vidro com inclinação e abertura na base, local por onde a água contida na planta, ao ser evaporada, condensa e percorre o caminho para fora do destilador (Figura 2a). Para a evaporação ocorra o destilador é inserido em um bojo revestido com argila ou papel alumínio contendo uma fonte de calor na parte inferior, responsável pela extração da água (figura 2b).



Figura 2: a- Detalhe de destilador composto pela cucurbita (inferior) e nariz (superior); b- Recipiente artesanal para inserção do destilador e fonte de aquecimento (lâmpada) posicionada na parte inferior. Fotos: Danielle Piuzana.

A destilação foi uma das técnicas desenvolvidas pelos alexandrinos na tentativa de operar a matéria. A partir de textos produzidos na Antiguidade pode-se afirmar que partes de um destilador e o processo de destilação associam-se aos aparatos destilatórios dos dias atuais (BELTRAN, 1996, p. 24). Entretanto, à época, o processo de destilação possuía um caráter alquímico relacionado a um corpo conceitual de fusão entre ideias mágicas, religiosas e filosóficas, no qual o alquimista almejava transformar a matéria de modo a aperfeiçoá-la, no sentido de assemelhar-se a fenômenos da Natureza

(BELTRAN, 1996, p. 24). Nesse período predominavam métodos de extração de essências pela infusão de flores ou folhas ou raízes em óleos ou gorduras.

Denomina-se oleolito o produto obtido a partir de plantas frescas ou secas, maceradas, imersas no azeite (ou demais óleos) durante certo período de tempo em destilador e, posteriormente, filtradas para utilização. No período que plantas se encontram imersas no azeite e com o aquecimento elimina-se a água enquanto seus extratos, como óleos essenciais, são digeridos pelo azeite. As distintas plantas adicionadas ao azeite neste procedimento podem variar quanto ao teor de água e, neste sentido, o processo de aromatização demanda de tempo diferenciado para cada uma.

Segundo a tradição galênica² as partes utilizadas da planta - folhas, flores, raízes e resinas frescas devem ser aproveitadas em seu período balsâmico, ou seja, momento em que determinada planta apresenta maior concentração de ingredientes ativos e é, por conseguinte, o tempo mais apropriado para o seu uso. Em seguida, devem ser colocados em recipiente de vidro, cobertos por azeite extra-virgem, fechados hermeticamente e posicionados sob o sol durante um mês, para que todas as fases da Lua (28 dias) atuem na confecção do oleolito. Durante este período, o óleo atua como o solvente necessário para a planta libere seus princípios ativos.

Neste mundo contemporâneo que vivemos, realizo a aromatização em ambiente fechado, limpo, destinado apenas à esta finalidade, evitando possíveis contaminações. Utilizo azeites extra-virgem, cujas análises sensoriais, parâmetros químicos como acidez, índice de peróxidos, dentre outros, são realizadas anualmente no Brasil (PROTESTE, 2017; INMETRO, 2017). A aromatização é realizada com uso do destilador inserido no recipiente artesanal, aquecido com lâmpada de 15 *watts*, cuja temperatura alcança, no máximo, 40°C, para que não ocorra mudanças significativas nas propriedades do azeite tais como ação antioxidante, perfil lipídico (ALMEIDA et al., 2015, p. 15-16) tampouco alterações de sabor que não seja o da planta adicionada.

Adiciono o azeite e as folhas ou flores ou raízes ao destilador. Utilizo inúmeras ervas³ da família botânica Lamiaceae, reconhecidas pelo aroma devido aos óleos essenciais: manjerição, tomilho, alecrim, orégano, hortelã, sálvia. Utilizo, ainda, destilação com folhas de louro, espécie arbórea da família Lauraceae, raízes frescas de açafrão da terra ou cúrcuma, da família Zingiberaceae e pistilos de flores de açafrão, da família Iridaceae, ambas consideradas especiarias⁴. Além dessas, uso sementes secas, como pimenta calabresa ou misturas de partes de plantas secas como ervas de *Provence* e *chimichurri*. Todas, quando adicionadas ao azeite cujo resultado será um oleolito, passam a apresentar outra assinatura, principalmente quanto ao sabor e cor.

A escolha das plantas aromáticas ou especiarias, oriundas da região do Mediterrâneo ou de países asiáticos, ocorreu devido à ampla utilização no mundo culinário, além de fácil adaptação de plantio e desenvolvimento no Brasil. Além disso, combinam com o azeite no processo de aromatização. Essas plantas e seus azeites aromatizados serão detalhados a seguir.

O açafrão da terra ou cúrcuma (*Curcuma longa*) é uma planta herbácea de raiz bulbosa, originária da Ásia. A raiz, aromática, com sabor ligeiramente amargo, é amplamente utilizada na culinária em pratos da cozinha baiana, goiana, mineira, indiana e asiática e normalmente utilizado em diversos pratos como arroz, caldos, aves, massas, pães, dentre outros. O azeite aromatizado com a raiz fresca adquire tonalidade amarela devido à curcumina (figura 3a). Também é utilizado em preparo de medicamentos para problemas digestivos e hepáticos além de fluidificar o sangue e atuar redução dos níveis de colesterol, por possuir substâncias antioxidantes e

²Galeno nasceu por volta de 130 d.C. na Ásia Menor (Turquia) e foi um médico à época. Sua obra, *Corpus Galenus* (Coleção Galênica), é bastante vasta com textos da área médica além de conteúdos filosóficos, matemáticos, gramaticais e do direito.

³Ervas são plantas cujos caules não possuem características lenhosas e das quais utilizam-se as folhas e hastes, e às vezes, flores, como alimento ou como medicinal devido, principalmente, ao sabor e perfume (BOECHAT, 2010, p. 57).

⁴Especiarias são substâncias picantes ou aromáticas usadas na saborização de comida e normalmente originárias de países asiáticos. Geralmente são obtidas de caules, sementes, e frutos de plantas lenhosas (BOECHAT, 2010, p. 57).

antimicrobianas (CECÍLIO FILHO et al., 2000, p. 172; PINTÃO; SILVA, 2008, p. 8).

Outra espécie de açafrão que utilizo na aromatização é o *Crocus sativus* L., utilizado como especiaria desde a Antiguidade (PELT, 2003, p. 138-9). Pode ser encontrado em pistilos (estigmas) da flor de cor laranja-avermelhada ou em pó e age na saborização e na coloração natural. Seu uso mais conhecido na culinária é em prato típico da gastronomia espanhola, a *paella*. Pode ser, ainda, adicionado em preparo de pães, molhos, demais receitas de arroz, dentre outros. No processo de aromatização do azeite, associo-o ao alecrim fresco.

O alecrim (*Rosmarinus officinalis*) é um arbusto de origem mediterrânea, mas cultivada em todo o mundo. Seu nome, *rosmarinus*, significa “orvalho do mar”. No Brasil, encontra-se plenamente aclimatado, comumente encontrado em hortas e jardins. Possui aroma característico, gosto adocicado e acentuado. Seu azeite (figura 3b) aromatiza inúmeros pratos desde sopas, carnes, aves, peixes, saladas, molhos, ovos, mexidos, omeletes até um simples pão. Além de seu vínculo com a culinária, o alecrim apresenta inúmeras propriedades medicinais, atuando como tônico da circulação sanguínea e sistema nervoso em esgotamentos e estresses prolongados. É diurético, hepatoprotetor, digestivo, expectorante além de inúmeras outras propriedades (LORENZI; MATOS, 2008, p. 330; PELT, 2003, 176).



Figura 3: Imagens de alguns azeites aromatizados. a- Açafrão da terra (*Curcuma longa*); b- Alecrim (*Rosmarinus officinalis*); c- Ervas de Provence; d- Manjericão (*Ocimum basilicum*); e- Pimenta calabresa (*Capsicum baccatum*); f- Sálvia (*Salvia officinalis*). Fotos: Danielle Piuzana.

Ochimichurri é uma mistura de ervas utilizada no continente sul-americano para marinar ou temperar carnes destinadas ao churrasco, especialmente na Argentina e Uruguai que utilizo na aromatização de azeites. O tempero tornou-se popular no Brasil nas últimas décadas e compõe-se de um agregado desidratado de cebola, alho, salsa, pimentão, orégano, cebolinha, mostarda, tomate, manjericão, pimenta calabresa, louro e noz moscada. Utilizo seu azeite em carnes, principalmente vermelhas.

Outra mistura utilizada na saborização de azeites são as ervas de *Provence*, uma mescla de plantas secas originárias da região do Mar Mediterrâneo, especialmente do Sul de França. O tempero agrupa o tomilho, manjerona, orégano, alecrim, manjericão, funcho, cerefólio, estragão, louro e lavanda (figura 3c). Seu azeite aromatizado acentua o sabor da lavanda e pode ser usado em quiches, legumes, carnes grelhadas, saladas, vinagretes ou para azeitar legumes assados no forno, tais como berinjela, tomate, abobrinha, pimentão e cebola.

Já o azeite aromatizado com folhas de hortelã (*Mentha* ssp.) uma planta herbácea perene, de origem asiática, rica em óleos essenciais e muito refrescante, saboriza inúmeros pratos. Preparações culinárias à base de abobrinha italiana (*Cucurbita pepo* L.) combinam muito com esse azeite. Pode ser usado em

inúmeros pratos árabes, uma vez que a erva é tempero básico em várias de suas receitas (COX; MOINE, 2011, p. 48). Como planta medicinal, possui princípios ativos estimulantes em processos digestórios (CARDOSO et al. 2005, p. 37).

O louro (*Laurus nobilis*) é uma espécie arbórea, de origem mediterrânea, cujas folhas frescas ou secas são utilizadas na aromatização. Seu azeite realça o sabor do louro em molhos de tomate e queijos. Além disso, pode de ser usado em pratos que utilizam suas folhas tais como: marinados, ensopados, conservas, carnes, feijão e feijoada (COX; MOINE, 2011, p. 43). Quanto às propriedades medicinais, a espécie atua na digestão, como estimulante do apetite e contra o cansaço (CARDOSO et al. 2005, p. 39). As folhas de louro compõem o denominado *Bouquet Garni* associado à salsa e tomilho.

São várias as espécies conhecidas por manjerição, as quais se diferenciam pelo modo de crescimento, tamanho, formato e cor das folhas e sabores. A espécie que cultivo e normalmente utilizo é o *Ocimum basilicum*, arbusto ramificado originário da Ásia e África, também conhecido por “erva dos reis” na Grécia antiga. Além de fortemente aromática, a espécie é medicinal, reconhecida por propriedades tônicas, digestivas, em problemas respiratórios e reumáticos (LORENZI; MATOS, 2008, p. 319). Seu azeite (figura 3d) possui sabor característico e pode ser utilizado em diversos molhos (pesto, por exemplo), carnes, sopas, peixes, pizzas, em receitas com tomates, massas, macarrão, risotos e saladas.

Já o orégano (*Origanum vulgare*) é uma erva frequentemente utilizada na cozinha mediterrânea e caracteriza-se por dezenas de espécies. Os gregos a nomearam *oros ganos* ou “alegria das montanhas”, dada sua profusão em áreas montanhosas da região. Para a confecção do azeite utilizo folhas, frescas ou secas, mas colhidas durante a floração. Seu sabor é característico pelos compostos de carvacrol e timol e assim como o azeite de manjerição, associa-se bem a molhos de tomate, massas em geral, pizza, saladas, queijos ou mesmo em pão (COX; MOINE, 2011, p. 54). Citado e usado por Hipócrates como antibiótico, é conhecido pelo efeito na melhora do sistema imunológico, em doenças respiratórias e digestivas (PELT, 2003, p. 174).

A pimenta calabresa (*Capsicum baccatum*) é obtida a partir da desidratação e flocagem da pimenta vermelha (COX; MOINE, 2011, p. 29). Na culinária brasileira torna várias receitas mais picantes na preparação de pratos e seu uso é ilimitado, dependendo do gosto pessoal por sabores picantes. Seu azeite incorpora sabor apimentado e coloração vermelha (Figura 3e). Pode ser utilizado como tempero, na preparação de molhos para carnes, ovos, picles, azeitonas e queijo, ou mesmo adicionado à carnes bovina, suína, frango e peixes.

Já o azeite de sálvia é feito a partir da espécie *Salvia officinalis*, planta subarborescente, com caules lenhosos, folhas acinzentadas e flores azuis a violáceas. Seu nome, derivado do termo latino *salvare*, significa salvo. A planta é nativa da região mediterrânea e cultivada para fins culinários e medicinais. Na Antiguidade era reconhecida como a erva da longevidade e ao longo da Idade Média foi amplamente utilizada para fins medicinais como tônico e em processos digestórios (PELT, 2003, p. 178). Seu azeite, a partir de folhas e flores frescas (figura 3f), é picante e com nuances de cânfora. Pode ser usado para saborizar carnes gordurosas (COX; MOINE, 2011, p. 64), entretanto, pela minha análise sensorial, considero-o mais saboroso quando associado a queijos leves, como a ricota ou *cottage*.

Dentre as várias espécies de tomilho, o mais comumente utilizado na culinária é o *Thymus vulgaris*, um subarborescente aromático de folhas pequenas e flores róseas ou esbranquiçadas. Ocorre do Oeste da Europa ao Sudeste da Itália e, assim como outras plantas aromáticas, é amplamente encontrado em quintais. Além de

condimento, é reconhecido pelo óleo essencial rico em timol e carvacrol, com propriedades antissépticas, para afecções pulmonares e como estimulante digestivo (LORENZI;MATOS,2008,p.335).Naculinária compõe o grupo das ervas de *Provence* e *Bouquet Garni*. Para seu azeite utilizo folhas e flores e considero-o, bastante delicado e versátil com possibilidades de usos em pães, carnes, massas, queijos, legumes.

Os azeites apresentados foram, sem exceção, experimentados com plantas reconhecidas mundialmente por suas qualidades aromáticas ou especiarias. Entretanto, pesquisei espécies nativas brasileiras para destinar ao processo que descrevi. Neste sentido, minha primeira experiência foi a utilização da planta popularmente conhecida por rosmaninho ou chá de pedestre, cujo nome científico é *Lippia rotundifolia* Cham. (figura 4a). Trata-se de uma espécie endêmica da Serra do Espinhaço Meridional, Minas Gerais utilizada na forma de chá pelo seu potencial aromático e calmante (MEIRA et al. 2017, p. 3).

O rosmaninho foi uma das plantas descritas e registradas pelos naturalistas Auguste de Saint-Hilaire e Carl Friedrich Philipp Von Martius durante suas expedições em meados de 1816 e 1817 para conhecer a flora nativa ao Brasil. Encontra-se identificada e ilustrada na obra *Flora Brasiliensis* (Figura 4b) como *Lantana* ou *Lippia pseudothea* Schauer A. St-Hil. (BRANDÃO, 2010, p.1; BRANDÃO et al., 2012, p. 495). Foi, ainda, citada por outros viajantes naturalistas como Georg Heinrich Von Langsdorff e Richard Francis Burton, cujas passagens pelo Brasil ocorreram em 1824 e 1869 respectivamente.

Dados do trabalho de Suzana Leitão et al. (2008, p. 1392) indicam que a espécie é altamente aromática; seu óleo essencial possui propriedades medicinais de alto valor farmacológico, cujos princípios ativos possuem potenciais satisfatórios como calmante, sedativo além de atividade antimicrobiana (SILVA, 2013, p. 75; LEITÃO et al., 2006, p. 9).



Figura 4: a- Rosmaninho, folhas e inflorescências. Fonte: DATAPLAMT, 2017. b- Gravura da *Lippia rotundifolia* Cham., na primeira coluna (marcado em vermelho). Fonte: Martius, [1851] 2017.

No que concerne ao seu potencial aromático, foi relatada por August de Saint-Hilaire (2009, p. 335-337) enquanto esteve no Brasil e fez uso de suas das folhas como chá (infusão), preferindo esta bebida ao chá asiático (*Camellia sinensis*) amplamente difundido no mundo à época:

Essa espécie [chá de pedestre] é comum na Serra da Candonga, perto do vilarejo de Tapanhoacanga [distrito de Itapanhoacanga, município de Alvorada de Minas], na província de Minas Gerais, onde ela vegeta no meio dos rochedos quartzíferos; é encontrada também no distrito dos diamantes. Floresce no mês de março. Usos. As

folhas exalam um odor muito aromático; secas e tomadas como infusão, elas dão uma bebida extremamente agradável e muito estimada no país. A cultura da *Lantana pseudothea* poderia, pois, tornar-se um dia um objeto importante para o Brasil; e livrar esse país de uma importação onerosa (SAINT-HILAIRE, 2009, p. 336).

O azeite de rosmaninho, aromatizado com folhas e flores, é picante e possui um sabor bem distinto dos demais e característico, sinal que ao menos parte de seus óleos essenciais são absorvidos pelo mesmo. Normalmente o utilizo em pães e saladas para melhor apreciar seu sabor.

Caminhos já percorridos e a serem trilhados...

O relato que compartilho é de natureza sensorial, uma vez que o sabor de uma planta agregado ao azeite é o mais relevante como produto final. Entretanto, todo o processo, quando realizado com raízes frescas, difere-se muito no tempo de destilação quando comparado com folhas/flores também frescas, assim como quando comparado às sementes, raízes ou folhas de plantas secas. Neste sentido, as experimentações consistem sempre em desafios quanto aos resultados finais.

A experiência permite-me afirmar que o tempo do processo de destilação para cada parte de planta utilizada (raiz, folhas, flores, sementes) é único e diretamente relacionado a quantidade de água contida em suas partes, mas, não considero como o único fator. Tenho observado que estações do ano, variações no clima ou ciclo lunar podem afetar diretamente o tempo destinado à destilação de forma a acentuar ou minimizar sabores ao azeite no final do processo. É parte de um conhecimento empírico muito sutil, pois requer sensibilidade na observação de ciclos da Natureza, conhecimento esse que ainda estou trilhando.

Apesar do êxito sensorial na aromatização de azeites com as plantas citadas, minha busca é por plantas aromáticas brasileiras, especialmente do Cerrado, visando valorar seus sabores. Neste sentido, tenho observado na área da alimentação no Brasil, o fortalecimento do uso de PANC – plantas alimentícias não convencionais. Este termo, cunhado por Valdely Kinupp e Harri Lorenzi em 2008, vincula-se ao projeto promovido pela Superintendência da Companhia Nacional de Abastecimento (CONAB) e Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD) (KINUPP; LORENZI; 2014, p. 14) cujo resultado originou o livro *Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas*. Como perspectiva para aromatizações futuras, experimentarei novas plantas preferencialmente contidas na obra, uma vez que há a descrição e caracterização de princípios ativos e nutricionais de PANC no que concerne ao uso alimentar.

Além disso, pretendo entender de maneira mais profunda a assinatura de cada planta, seu momento adequado de plantio, colheita e manipulação no sentido alquímico de Felipe Teofrasto Paracelso (1972), o qual possuía um olhar sobre as plantas que tendia a uma conexão entre o macro e microcosmo. Neste sentido:

Cada planta é uma estrela terrestre. Suas propriedades celestes se acham inscritas nas cores das pétalas e suas propriedades terrestres, na forma das folhas; toda a Magia se encerra nelas, já que em seu conjunto as plantas representam as potências dos astros (PARACELSO, [1645] 1972, p.24).

O objetivo da vegetação consiste em transmitir-nos os detalhes da beleza,

da cor e da perfeição que nascem nas regiões superiores e que tendem a introduzir-se em nossa região inferior (PARACELSO, [1645] 1972, p.24).

O mundo das plantas está sob a influência dos planetas e tem como finalidade alimentar o homem e curar as doenças. (PARACELSO, [1645] 1972, p.29).

Finalizo este texto com as reflexões de Paracelso que, em minha opinião, retratam conexões extremamente profundas e alquímicas entre a humanidade, Natureza e Universo. Tais percepções fazem parte de uma busca por meio dos sentidos - especialmente dos sabores – que considero primordial na religação entre o ser humano e a Natureza nos dias atuais.

- ALMEIDA, Carlos Alberto Nogueira et al. Azeite de Oliva e suas propriedades em preparações quentes: revisão da literatura. *International Journal of Nutrology*, Catanduva, v.8, n.2, p. 13-20, dez. 2015.
- BELTRAN, Maria Helena Roxo. Destilação: a arte de “extrair virtudes”. *Química nova na escola*, São Paulo, v. 4, p. 24-27, 1996.
- BOECHAT, Sonja de Castro. Aroma e sabor no jardim. *Ornamental Horticulture* [S.I.], v. 16, n. 1, p. 57-60, jun. 2010.
- BONTEMPO, Márcio. *Azeite de Oliva: Sabor, Estética e Saúde*. São Paulo: Ed. Alaúde. 2008.
- BRANDÃO, Maria das Graças Lins. Plantas úteis nativas do Brasil na obra dos naturalistas. *Horticultura Brasileira*, Brasília, v. 28, n. 2, [S.I.], abr./jun. 2010.
- BRANDÃO, Maria das Graças Lins et al. Useful Brazilian plants listed in the field books of the French naturalist Auguste de Saint-Hilaire (1779–1853). *Journal of Ethnopharmacology*, Lausanne, v.143, n.2, p. 488-500, set. 2012.
- CARDOSO, Maria das Graças et al. Plantas aromáticas e condimentares. *Boletim Técnico*, Lavras (UFLA), v.62, 78p. 2005.
- CECÍLIO FILHO, Arthur Bernardes et al. Cúrcuma: planta medicinal, condimentar e de outros usos potenciais. *Ciência Rural*, Santa Maria, v.30, n. 1, p. 171-177, jan./mar. 2000.
- COX, Jeff; MOINE, Marie-Pierre. *Ervas Culinárias*. São Paulo: Publifolha, 2011.
- DATAPLANT. *Banco de dados e amostras de plantas aromáticas, medicinais e tóxicas da UFMG*. Disponível em: < <http://www.dataplant.org.br/old/bd.php>>. Acesso em: 15 mai. 2017.
- INMETRO. *Azeite de Oliva*. Disponível em: <<http://www.inmetro.gov.br/consumidor/produtos/azeite.asp>>. Acesso em 23 out. 2017.
- KINUPP, Valdely Ferreira; LORENZI, Henri. *Plantas alimentícias não convencionais (PANC) no Brasil: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas*. Nova Odessa: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014.
- LEITÃO, Suzana et al. Screening of Central and South American plant extracts for antimycobacterial activity by the Alamar Blue test. *Revista Brasileira de Farmacognosia*, João Pessoa, v.16, n.1, p. 6-11, mar. 2006.
- LEITÃO, Suzana et al. Analysis of the chemical composition of the essential oils extracted from *Lippia lacunose* Mart. & Schauer and *Lippia rotundifolia* Cham. (Verbenaceae) by gas chromatography and mass spectrometry. *Journal of the Brazilian Chemical Society*, São Paulo, v. 19, n. 7, p. 1388-1393, ago. 2008.
- LORENZI, Henri; MATOS, Francisco Abreu. *Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas*. Nova Odessa: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2008.
- MARTIUS, Karl Friedrich Philipp von. *Flora Brasiliensis*. Vol. IX, Fasc. 10, Prancha 39. 1851. Disponível em < <http://florabrasiliensis.cria.org.br>>. Acesso em: 20 dez. 2017.
- MEIRA, Messulan Rodrigues; MARTINS, Ernane Ronie; RESENDE, Luciane Vilela. Ecogeography of *Lippia rotundifolia* Cham. in Minas Gerais, Brazil. *Ciência Rural*, v. 47, n. 8, e20160921, 2017.
- PARACELSO, Felipe Aureolo Teofrasto Bombasto de Hohenheim. *As Plantas mágicas: botânica oculta*. São Paulo: Hemus Livraria Editora Ltda. 1976 [1645].
- PELT, Jean Marie. *Especiarias & ervas aromáticas: história, botânica e culinária*. 1ª ed. Rio de Janeiro: Ed. Jorge Zahar, 2003. 224p.
- PINTÃO, Ana Maria; SILVA, Inês Felipa. A verdade sobre o açafraão. In: Workshop Plantas Medicinais e Fitoterapêuticas nos Trópicos, 2008, Lisboa, Portugal. *Anais...* Lisboa (Portugal): IICT/CCCM. 2008. p. 1-19.
- PROTESTE. *Azeites*. Disponível em: <<https://www.proteste.org.br/alimentacao/azeite/teste/comparacao-de-azeite/results>>. Acesso em: 23 Abr. 2017.
- REGIS, Ana Lúcia Rissoni Santos.

Medicina herbária e fitoterapia: uma contribuição da história conceitual para o ensino e a aprendizagem da medicina relacionada com o desenvolvimento sustentável. In: Seminário Nacional de História da Ciência e da Tecnologia, 14, 2014, Belo Horizonte, MG. *Anais...* Belo Horizonte (Minas Gerais): UFMG, 2014. p. 1-11.

ROSA, Carlos Augusto de Proença. *História da ciência: da Antiguidade ao renascimento científico*. 2ª ed. Brasília: FUNAG, 2012. 3v.

SAINT-HILAIRE, Auguste de. *Plantas Usuais dos Brasileiros*. Belo Horizonte: DATAPLANT (UFMG), 2009 [1828].

SARAGO, Alfredo. A oliveira e o azeite: história e simbologia. *Revista de Ciências Agrárias*, Lisboa, vol. XXIV, n. 1/2, p. 7-11, mar. 2001.

SILVA, Rafael Ferreira da. *Aromas do Cerrado: estudo da composição química volátil de plantas aromáticas do cerrado*. 2013. 113f. Dissertação (Mestrado

em Ciências). Instituto de Química, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2013.