

Opinião

Ensino



ALEXANDRA NOBRE Bióloga e docente do Departamento Biologia da Universidade do Minho
(A autora não escreve segundo o Acordo Ortográfico 1990)

Batatas e batatinhas... Ah, mas são verdes!



Batatas fritas, assadas, cozidas, em puré, estaladas no forno, a murro... Há dezenas de maneiras de cozinhar este tubérculo tão trivial nas nossas cozinhas, aliás o mais consumido em todo o mundo. Mas nem sempre foi assim! A batateira é uma planta nativa da América latina, mais concretamente da cordilheira dos Andes, onde se cultivava há oito mil anos.

No entanto, a sua história na Europa onde chegou no século XVI, provavelmente trazida pelos espanhóis, é muito mais recente. E não é sequer uma história com início feliz. O seu aspecto rústico causou má impressão. À época, era crença que a aparência dos alimentos indicava as doenças que podiam causar e, ao conseguirem ver nas batatas as mãos de um leproso, não é difícil de imaginar o mito que daí surgiu. Um alimento destes que nem sequer era citado na bíblia, só podia ser algo de muito maléfico. E por isso a batata era usada basicamente na alimentação animal e como recurso para viagens marítimas de longo curso, o que lhe permitiu ser disseminada para Oriente e che-

gar a zonas tão longínquas como Índia, China e Japão. E nisto, nós portugueses, demos mundo à batata! Ou a batata ao mundo...

O tempo passa e a batata começa a despertar alguma curiosidade botânica na Europa. As suas flores suaves e singelas (muito parecidas com as dos pimentos e malaguetas, fisális, beringelas, melão andino e tabaco com quem partilham a família botânica das solanáceas) encantaram tanto Maria Antonieta que as punha no cabelo, como o seu marido, rei Luís XVI, que as usava na lapela. Estamos no século XVIII em que sucessivas crises alimentares e períodos de fome violentos assolam o velho continente e obrigam a novas estratégias de sobrevivência. Publicam-se manuais de cultivo e de composição nutricional e a batata, apesar de insípida, começa a ganhar a simpatia de alguns grupos. Na verdade, ainda que seja constituída basicamente por amido (hidrato de carbono), a batata também tem fibra, proteínas, vitaminas (C e do complexo B) e sais minerais, em particular potássio.

A disseminação do seu consumo permitiu um crescimento populacional de 65% na Europa Ocidental e criou a estabilidade social e condições necessárias para o arranque da Revolução Industrial. No século XIX a batata é o principal alimento dos operários fabris e Friedrich Engels (que com Karl Marx formulou o Manifesto Comunista), chegou a comparar a batata ao ferro, por ter um “papel historicamente revolucionário”.

Portanto comam-se batatas! Mas, atenção. Quando expostas à luz, elas desenvolvem uma coloração esverdeada devida à produção de clorofila, o pigmento responsável pela cor verde das plantas e que lhes permite captar a energia do Sol. Simultaneamente, a batata produz também um composto de sabor amargo que protege a planta dos herbívoros. “Ter a burra nas couves” é um grande problema. Já se ela estiver no batatal, não aquece nem arrefece. Pensando bem, fora o escaravelho da batata (*Leptinotarsa decemlineata*), um coleóptero extremamente voraz, não conheço mais nenhum animal que se alimente da parte verde da batateira, as fo-

lhas.

Ora as batatas, cujo ambiente é subterrâneo, naturalmente não têm clorofila. Já à luz, reverdecem. E a clorofila não constitui qualquer problema. Comemos alfaces, bróculos, couves e espinafres, e fazemos muito bem. O problema é que, concomitantemente, a batateira sintetiza solanina (o tal composto amargo referido em cima) que é um alcalóide com atividade neurotóxica, estável ao calor (não se inactiva com a cozedura) que pode causar intoxicações graves.

Ninguém nasce ensinado (se bem que empiricamente, ao longo dos tempos, as batatas sempre tenham sido armazenadas ao escuro, no fundo das adegas e arrecadações). E por isso desafio a que todos desempenhemos um papel de cidadania activa e alertemos para este facto, sempre que virmos batatas expostas à luz e batatas verdes à venda. Já por mais de uma vez o fiz, inclusive em grandes superfícies comerciais onde tirei a imagem anexa.

Fiquem bem que eu vou almoçar! Ora adivinhem...