



Dinâmicas da Gestão

Porque não a elevar a Gastronomia Alentejana a Património Imaterial da Humanidade?



SÍLVIA BISCAIA LIMA

Colaboradora do Projecto FoodMed e Aluna do Mestrado em Gestão da Qualidade e Marketing Agro-alimentar

Se em 2013 a Dieta Mediterrânica foi considerada Património Imaterial da Humanidade e mais recentemente também o Cante Alentejano, mercedadamente, recebeu a mesma distinção, porque não, considerar a cozinha tradicional destas terras num lugar de destaque equivalente? Venha a ser decidido favoravelmente ou não, o Alentejo é rico e não apenas neste tipo de tradições, sendo a cozinha tradicional inspiração da Dieta Mediterrânica.

O reconhecimento e distinção da dieta mediterrânica como Património Imaterial da Humanidade revela não só a sua importância na questão de dieta alimentar saudável, mas principalmente a sua importância enquanto saberes transmitidos oralmente, que se pretendem preservar e reavivar com a apresentação de receitas muito tradicionais de um Alentejo rico nos ingredientes desta dieta. A dieta mediterrânica é rica em alimentos com elevadas concentrações de hidratos de carbono complexos, fibras, vitaminas e minerais e numerosos antioxidantes que protegem a saúde

do coração. Caracteriza-se também pelo baixo consumo de alimentos ricos em gordura saturada e de grande valor calórico, o que é fundamental para ajudar na prevenção de doenças cardiovasculares.

Refletindo os princípios de uma alimentação saudável, enraizados na dieta mediterrânica, a cozinha tradicional alentejana, integra um padrão alimentar oriundo da Creta e de muitas outras regiões da Grécia e Sul de Itália, que desde as décadas de 50 e 60 do século XX, é identificado como estando associado a uma esperança média de vida dos adultos das mais elevadas da Europa. Nesta regiões preserva-se também uma menor taxa de doenças coronárias e de certos tipos de cancro. Para além disso, a tradição gastronómica alentejana revela a criatividade de um povo, que em tempos de adversidade e escassez, soube reinventar e conjugar ervas aromáticas com outros ingredientes, raiz de outras culturas que outrora por aqui passaram.

A cozinha tradicional alentejana representa

a pura tradição, reflexo da vivência da vida no campo, dos recursos disponíveis e da sabedoria de um povo que se baseava nos resultados: na força que conseguiam obter dos alimentos, na saúde ou cura que os alimentos proporcionavam e na conjugação de poucos ingredientes em sabores bastante distintos e agradáveis ao paladar. Sem canudos em nutrição, desde há muito que a máxima de Hipócrates tem sido seguida "Que o teu alimento seja o teu medicamento, e o teu medicamento seja o teu alimento". É neste âmbito que surge o Projecto europeu FoodMed, Meu medicamento, meu alimento, que envolve várias universidades, incluindo o Departamento de Gestão da Universidade de Évora.

FoodMed incide sobre várias temáticas sendo explorado de várias formas por outras universidades. No caso português, foram abordadas três vertentes da alimentação saudável julgadas fundamentais e elucidativas da história, riqueza e sabedoria ancestrais: Cozinhar de forma saudável...com cozinha

tradicional Alentejana, Como permanecer saudável com os remédios da avó e, Jardins comestíveis: cultive as suas próprias ervas aromáticas. A importância de recuperar este património é vital, num mundo, num país em que os índices de obesidade infantil crescem de forma alarmante, as doenças coronárias assaltam grande parte da população e em que o paladar apurado se perde com uma alimentação que há muito perdeu as raízes da sua história.

Apesar do conhecimento científico existente uma boa gestão da nossa alimentação e dos nossos recursos deve ser feita, tirando partido dos sabores e aromas únicos da planície alentejana em preservação do legado rico que nos foi deixado.

Aguardar a resposta a uma candidatura não reduz a possibilidade de pensar numa outra: porque não a da gastronomia tradicional alentejana?

Informação sobre o projecto em www.food-med.eu