



## EMENTA

POR J. A. DIAS LOPES



RENAUDO WANGKARU

## A divindade dos cozidos

**E**m recente viagem à Emilia-Romanha, na Itália, saboreamos fartamente o rosado, tenro e "dolce" (suave, delicado) presunto cru de Parma. Confirmamos na origem tratar-se de uma preciosidade gastronômica. Afortunadamente, também se consome o Parma por aqui. Havia um problema. Aquele presunto cru podia ser importado, porque tem no mínimo doze meses de cura e, desse modo, as autoridades brasileiras o consideravam aceitável do ponto de vista sanitário. Mas algumas ficavam em dúvida quando interpretavam a lei ao pé da letra e faziam exigências incômodas para seu ingresso no Brasil.

Entre os anos de 2000 e 2014, nosso país vetou o ingresso dos produtos da "salumeria" italiana que não são longamente maturados, nem cozidos durante o processamento. A interdição se devia a uma doença do suíno, altamente contagiosa, sujeita à denúncia internacional. Afetou milhares de porcos da Itália, sobretudo no Sul, porém felizmente foi controlada. Provamos todas as joias da "salumeria" da Emilia-Romanha, da mortadela ao salame, a convite do Italian Trade Agency (ITA) e do Instituto Valorizzazione Salumi Italiani. Os produtos no Norte estão autorizados a entrar no Brasil, enquanto os do Sul permanecem em quarentena.

Há mais de dois milênios, o Parma se converteu no príncipe da "salumeria" italiana, que o classifica entre os produtos feitos com peças inteiras, quase sempre suínas; no outro grupo ficam os embutidos de carne picada ou moída. Mas o hábito de saboreá-lo só foi difundido internacionalmente no século 20. Para isso contribuiu sua

adaptação às exigências dos consumidores internacionais, sobretudo norte-americanos. Solicitavam um presunto cru menos gordo, menos salgado e mais nutritivo. Em nossa reportagem especial sobre o Parma, mostramos como ele satisfaz as reivindicações.

O prato forte desta edição, porém, é o cozido. Muito mais antigo do que o presunto, deriva da sopa, talvez primeiro alimento do homem. Entretanto, não sai de moda. O bom cozido mistura carnes, legumes e verduras, que cozinham em determinada ordem e na mesma água, respeitando-se tempos de cocção. É prato para dois tipos de pessoas: as que se preocupam com a alimentação equilibrada e as comilonas sem culpas. As primeiras sabem que, além de melhorar a textura e aprimorar o sabor dos alimentos, o cozido os torna mais facilmente digeríveis. No caso da carne, o calor quebra as moléculas das proteínas, deixando-as mais expostas à ação das enzimas gástricas. Desse modo, a digestibilidade aumenta em até 40%. Já as pessoas comilonas ficam com os olhos marejados quando se deparam com a opulência do cozido. Ah!, caso enxerguem um osso com tutano, ascendem ao paraíso.

Não por acaso, o cozido já foi considerado um prato divino. Que o diga do céu (se é que está lá) um dos comilões históricos: o papa Clemente VI, o mesmo autor da bula Unigenitus, de 1343, que justificou a polêmica concessão das indulgências. No século 14, ao ser flagrado enquanto saboreava um pote de cozido na Quaresma, período obrigatório de jejum e abstinência de carne, ele sentenciou ao cardeal inconveniente: "Deus também está nos cozidos". Clemente VI virou o nosso idolo.

J. A. Dias Lopes

PRESUNTO PARMA



## PARA DESMANCHAR NA BOCA

**OS ITALIANOS TÊM UMA TRADIÇÃO MILENAR NO PREPARO DO PRESUNTO CRU, FEITO EM DIFERENTES REGIÕES DO PAÍS. MAS O DE PARMA, DELICADO E TENRO, É O SEU PRÍNCIPE**

POR J. A. DIAS LOPES  
FOTOS DA REPORTAGEM MARINA SICILIANO  
FOTO DA RECEITA REINALDO MANDACARU

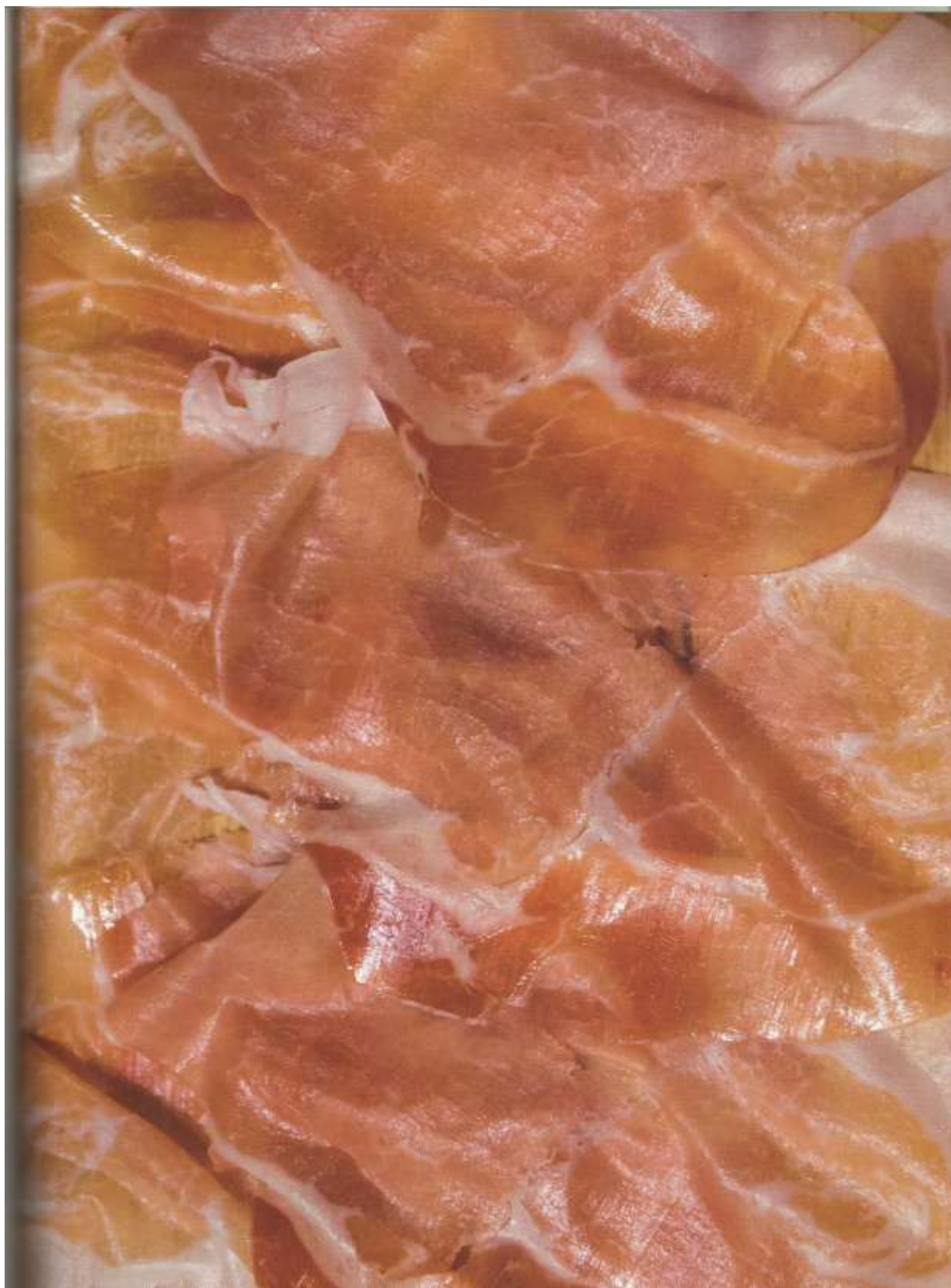
**S**empre que se pergunta qual o melhor presunto cru do mundo, as pessoas ficam divididas. Algumas elegem o italiano; outras votam no espanhol. O jornal francês *Le Figaro* já fez essa pergunta em 2011 e provocou interminável discussão. O fato é que nunca se chegará a um consenso sobre o melhor presunto, se é o italiano ou o espanhol, até porque, além de ser questão de gosto, ambos seguem conceitos opostos. O primeiro – e nos referimos apenas ao Parma, da Emilia-Romanha, e ao San Daniele, do Friuli – tem pouca gordura, reduzido teor de sal, textura delicada, sabor elegante e, cortado em lâminas finíssimas, desmancha-se na boca. Deriva de suínos criados em regime de confinamento, alimentados com ração especial, que não pode dar sabor à carne.

Difere radicalmente do presunto feito na Espanha, sobretudo do seu emblema, o jamón ibérico de bellota (bolota), que os consumidores chamam de jamón pata negra. Procede, em 80% dos casos, da região da Extremadura, na fronteira com Portugal. Gordo por fora e internamente, onde se entremeia com a carne, firme no corte, apresenta um cativante sabor untuoso que evoca castanha, derivado do principal alimento do suíno hispânico, a belotta, fruto da azinheira e sobreiro, árvores da família do carvalho. A coxa procede de animais criados livremente no pasto.

No quesito antiguidade, porém, o presunto italia-

no ganha do espanhol. Os etruscos, povos que entre os anos 1.200 a.C. e 700 a.C. se instalaram na região ao sul do rio Arno e ao norte do Tibre, mais ou menos na atual Toscana, com partes no Lácio e na Úmbria, já conservavam em sal diversos cortes da carne de porco. Entretanto, a técnica mais assemelhada com a contemporânea foi desenvolvida no Império Romano. Não por acaso, os italianos denominam seu produto de prosciutto, palavra derivada de perxuctus. Assim os antigos romanos se referiam à perna traseira do porco, ou seja, a coxa inteira salgada e maturada. Relaciona-se com o vocábulo prosciugata (enxuta, sem líquido).

Os romanos até construíram uma estrada dedicada à especialidade: a Via Panisperna, ou seja, "panis" (pão) e "perna" (pernil, coxa). No século 2 a.C., Catão, o Censor – aquele que combateu a inovação dos costumes e o luxo excessivo – louvou a finesse do presunto cru e descreveu seu modo de preparo no livro *De Agricultura*. Era uma especialidade artesanal, trabalhosa e de baixa produção. O consumo se limitava aos camponeses que o faziam no inverno para ter comida no verão; ou, então, vendiam-no às poucas pessoas dispostas a pagar alto preço pela raridade. Somente a partir do século 18, com a introdução de equipamentos industriais, a produção foi multiplicada. Surgiu o prosciuttificio, estabelecimento encarregado de prepará-lo em quantidade. O presunto cru deixou de ser, então, um alimento para poucos.



## PRESUNTO PARMA

Ele tem sido saboreado por vários personagens históricos. O genovês Cristóvão Colombo, quando esteve pela segunda vez na América, em 1493, desceu da nau carregando algumas peças que, segundo os italianos, eram do seu país natal. Quatro séculos depois, esse alimento de longa duração e fácil transporte estava entre os mantimentos do trentino Reinhold Messner, um dos melhores alpinistas de todos os tempos, primeiro a escalar sozinho o Everest, em 1980.

Foi só no século 18 que os italianos, de modo geral, descobriram o milagre dos seus aromas, texturas e sabores particulares. Os presuntos de Parma e San Daniele saíram na frente. Inimitáveis, originam-se em microclimas frios e secos, inexistentes em outros territórios. Hoje, consegue-se reproduzir artificialmente tais condições em diferentes lugares. Qual o melhor presunto cru italiano? Novamente, há duas torcidas, a do Parma e a do San Daniele.

O consumidor comum, porém, dificilmente consegue distinguir um do outro. Saboreados juntos, constata-se que o San Daniele é um pouco mais claro, seco e parece ter mais sal. Alguns o julgam mais delicado, mas isso é discutível. Esta reportagem, porém, agora tratará apenas do Parma, por ser o mais conhecido no mundo e ter maior expressão econômica. São 8,7 milhões de presuntos anuais, contra 1,8 do San Daniele.

O epicentro do Parma, na verdade, é a comuna de Langhirano, que não chega a ter 10 mil habitantes. Situa-se na província de Parma, ao sul da cidade homônima, no coração da Gália Cisalpina do romanos. No século 1 a.C., os habitantes locais já criavam porcos e faziam presunto. Todos os anos, nos dois primeiros finais de semanas de setembro, a comuna promove um concorrido festival. Mas quem a visita em qualquer época do ano sente a atmosfera da presença desse 'must' da tradição alimentar italiana. Circundam-na prosciuttifici onde as coxas de porco são salgadas, maturadas e sopradas pelo ar suave de um belíssimo vale.

A fim de garantir o padrão da especialidade, os produtores criaram em 1963 o Consorzio del Prosciutto di

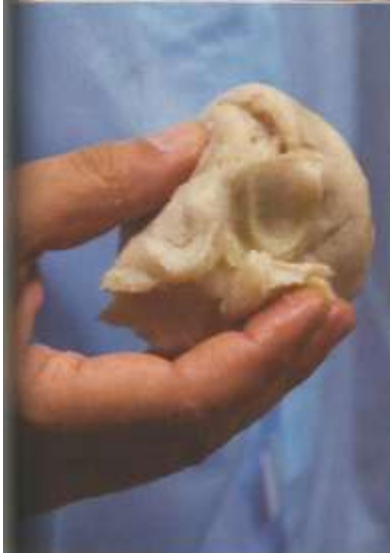
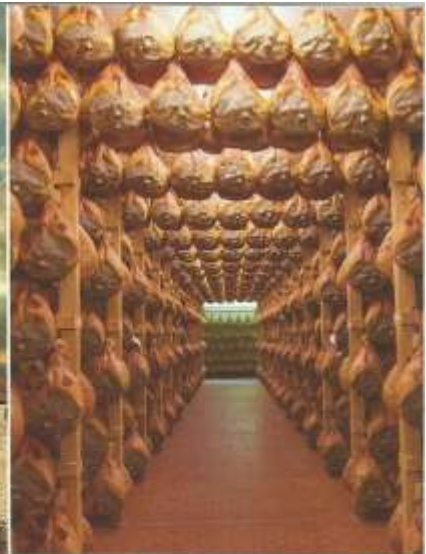
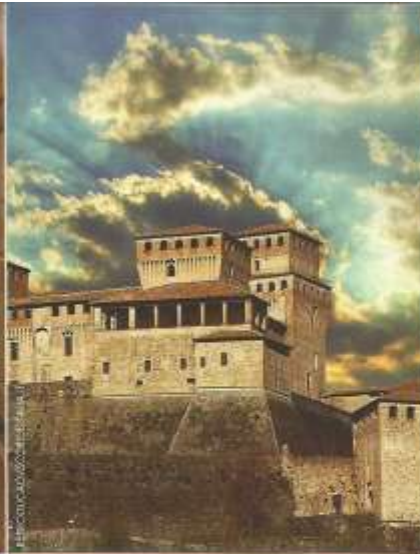
Parma, que controla desde a escolha da matéria-prima até a técnica de elaboração. Na prática, quem faz isso diretamente são os fiscais do Instituto Parma Qualità (IPQ). Além disso, a Comunidade Europeia promoveu o mais famoso presunto italiano, em 1996, ao status de Denominazione di Origine Protetta (DOP).

Sua qualidade começa com a escolha do porco, sempre do tipo grande e pesado. Antigamente, o suíno era da raça Nera Parmigiana. Nos últimos anos, foram introduzidos animais das raças Large White, Landrace e Duroc. Inicia-se nesse instante a vigilância do IPQ, que só termina quando o presunto é considerado pronto. Aos 30 dias, um fiscal tatua o porquinho com um código de identificação. Na fase de crescimento e engorda, ele só receberá alimentos padronizados, como soro de leite por exemplo. Em nove ou dez meses, o porco do Parma chega ao ponto ideal de abate. Pesa entre 150 e 170 quilos. O pernil fica entre 10 e 11 quilos. A maturação o desidratará bastante, fazendo o peso final ser de aproximadamente 7 quilos.

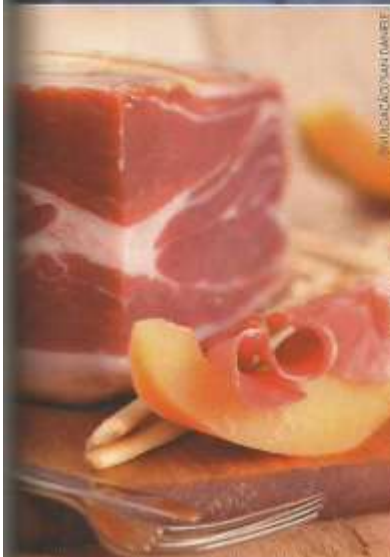
Quando o pernil fresco chega ao prosciuttificio, o IPQ entra novamente em ação. Examina suas condições e coloca em cada peça um ou dois selos metálicos, que atestam sua correta procedência. A identificação ainda serve para orientar o trabalho dos fiscais durante a maturação. O primeiro ato do prosciuttificio é salgar o pernil. Estão proibidos aditivos e outros produtos químicos. Cada quilo de carne leva apenas 2 a 3 gramas de sal - úmido sobre a pele e seco nas partes musculares. Nada mais. Geralmente se faz isso duas vezes, com intervalo de uma semana.

Tendo perdido um volume suficiente de líquido, a peça é primeiro lavada com água morna, para a remoção de eventuais pátinas formadas na superfície e depois secada com delicadeza. No 6º ou 7º mês de cura, há outro tratamento. Impermeabilizam-se as partes não dotadas de pele com uma pasta à base de sal, pimenta e gordura. Tudo isso em modernas câmaras de maturação, com temperaturas exatas de refrige-

**O EPICENTRO DO  
PRESUNTO É A COMUNA  
DE LANGHIRANO, QUE  
NÃO CHEGA A TER 10  
MIL HABITANTES.  
SITUA-SE NA PROVÍNCIA  
DE PARMA, AO SUL DA  
CIDADE HOMÔNIMA**



O Parma é submetido a diferentes etapas de elaboração, severamente controladas. Abaixo, no canto, o fiscal cheira o osso de cavalo com o qual perfurou uma peça para examinar. Acima dele, a coroa ducal impressa a fogo no produto aprovada.



## PRESUNTO PARMA

ração. Os janelões do prosciuttificio são abertos ocasionalmente, para a natureza fazer a sua parte. A certa altura, um fiscal do IPQ aparece para fazer 4 a 5 furinhos em cada peça, com um fino osso de cavalo. Leva-o ao nariz, cheirando com atenção, para avaliar eventuais defeitos aromáticos. Também examina a textura.

Outra característica do produto que o fiscal leva em conta é a anatomia. O Parma autêntico apresenta forma arredondada e lembra uma pera gigante. Aos 12 meses de maturação está pronto para o consumo, embora alguns mercados estrangeiros o exijam com 16 a 18 meses. Antes de ser liberada, a peça enfrenta novamente o crivo do IPQ. Se aprovada, um fiscal a marca com fogo, pelo menos duas vezes. A pele passa a ter impressa uma coroa ducal que ostenta no centro o nome Parma. As peças rejeitadas são entregues a terceiros e vendidas com outros nomes.

Na elaboração do presunto cru, os processos bioquímicos naturais convertem o pênfil de porco em uma iguaria padrão. O Parma perfeito tem a cor nem muito vermelha, nem muito rosa. A gordura, um tom madrepérola. O aroma se mostra suave. A consistência, sempre agradável. O sabor, ligeiramente doce. Convém comprá-lo apenas em lugares idôneos, de preferência em peças inteiras, com a polpa agregada ao osso, pois

se estiver solta há problemas. No Brasil, muito presunto cru já chega desossado. Pode-se comprá-lo também fatiado na hora ou conservado em embalagens a vácuo.

Os consumidores exigiram um produto magro, pouco salgado e ao mesmo tempo nutritivo. Vinte anos atrás, Parma não era assim. Hoje, corresponde às exigências do mercado. Sua parte muscular é magra, pois apresenta entre 5% e 9% de gordura. Quase a metade dos ácidos é composta de ácidos oleicos. Revela entre 4,50 e 6,90 de sal, uma quantidade considerada baixa. Cinquenta gramas de presunto fornece de 12 a 15 gramas de proteína de altíssima qualidade.

É gratificante saborear o Parma com pão caseiro ou grissini, aqueles palitinhos finos, compridos e crocantes, à base de farinha de trigo. O presunto cru combina com frutas carnudas, tipo melão, pera, figo e pêssego. Os italianos também o harmonizam com uva branca. Em qualquer estação, o Parma é iguaria perfeita. Enfim, tem amplo uso na gastronomia. Agiganta-se em duas receitas. A primeira, no delicado e elegante prosciutto di Parma con crema di melone, que ilustra esta reportagem. A outra, no saltimbocca alla romana, escalopes de vitelo envolvidos em farinha, folhas de sálvia e, obviamente, presunto cru, fritos em óleo bem quente. Como o nome sugere, são tão apetitosos que "saltam para a boca".

### PROSCIUTTO DI PARMA CON CREMA DI MELONE

Por Carla Bolla

RENDE 4 PORÇÕES

- 1 melão médio (prefira o Cantaloupe), maduro porém firme
- 200g de presunto de Parma cortado em finíssimas lâminas
- 50ml de azeite extravirgem de oliva
- 5 folhas de manjeriço
- 1 pitada de sal

1. Lave e descasque o melão, descartando o miolo com as sementes.
2. Corte o melão em pedaços

grandes e coloque-o no copo do liquidificador com o azeite extravirgem, as folhas de manjeriço e o sal.

3. Bata rapidamente, pulsando duas vezes, até obter um creme homogêneo, cuidando para que não fique muito mole.

4. Coe o creme em um pano branco, limpo, para perder o excesso de líquido.

5. Sirva imediatamente, com as lâminas de presunto. ■



#### PARA HARMONIZAR

Aqui uma variação do famoso duo melão com presunto que, diga-se de passagem, não é muito fácil de harmonizar com vinho. Mas um bom rasado, refrescado, enfrenta o desafio. Ótima alternativa é o francês Ogier Javel Etamines (Vinci).



CARLA BOLLA é chef e proprietária do restaurante La Tambouille, Avenida 9 de Julho, 5925, Itaim Bibi, São Paulo-SP, tel.: (11) 3079-6277 e 3079-6276

**VOICE**  
Relevância, coerência e reputação.

**Cliente:** SALUMIAMO  
**Veículo:** REVISTA GOSTO  
**Data:** 01/08/2015  
**Seção:** GASTRONOMIA  
**Cidade:** NACIONAL

