

**Autor:** T. de Morais

## As bolotas não são só para os porcos!

Após um pequeno interregno por falência informática, entretanto resolvida, venho recuperar o tempo perdido e divulgar um interessante evento de cariz ambiental, que vai já na terceira edição, e que nos recorda, a todos os que já o sabem, ou que nos ensina, àqueles dispostos a aprendê-lo, que as bolotas não são só para os porcos! Ocorrerá este fim-de-semana, dias 23 e 24 de Novembro, na Escola Secundária de Lousada, a “Terceira Conferência Ibérica sobre a Bolota”, cujo cartaz ilustra este artigo. Acrescente-se que no dia 23 de Novembro, o próximo Sábado, comemora-se também o Dia da Floresta Autóctone, o que está intimamente ligado às bolotas como mais à frente será mostrado. E assim está lançado o mote para um breve artigo sobre a bolota, que merece mais atenção do que a que lhe tem sido dada nas últimas décadas.

Parece ser do domínio comum o interesse económico da bolota como alimento para os porcos. É verdade, é um facto, mas há muito mais a dizer sobre este “produto natural” (como é moda agora dizer) que acompanha a humanidade há milénios. Começemos pelo que é a bolota: é o fruto dos carvalhos, em senso lato, nomeadamente o fruto do comum carvalho-robale (*Quercus robur*), da azinheira (*Quercus rotundifolia*), e do sobreiro (*Quercus suber*), entre outras árvores do género *Quercus*. Todos estes frutos são chamados bolota, e são bastante parecidos entre si, embora distinguíveis; por exemplo, a bolota do carvalho-robale é, geralmente, mais curta e grossa do que a da azinheira. Durante vários séculos, desde tempos pré-romanos, a bolota foi uma importante fonte de alimento para a nossa espécie humana, nomeadamente aqui na nossa Península Ibérica onde, por exemplo, o castanheiro foi introduzido pelos Romanos há “apenas” cerca de dois mil anos. Com o aparecimento de diferentes alimentos, nomeadamente aqueles que por aqui surgem após a época dos descobrimentos, como a batata e o milho, a importância da bolota como alimento humano foi gradualmente diminuindo, até aos dias de hoje em que é amplamente considerada unicamente como um alimento para porcos, o que é bastante redutor dadas as suas qualidades.

Identificada a bolota, porquê consumi-la. Além das “modas” (o ambiente, os “produtos naturais”, o vegetarianismo e o “biológico” estão na moda), que têm a grande vantagem de levar a um grande público a redescoberta de vários produtos naturais, faz todo o sentido consumir a bolota: é um produto amplamente disponível no nosso país, de baixo custo de produção (para quem quer este “produto para porcos” geralmente basta esperar pelo Outono, procurar os carvalhais, vergar-se e recolher a bolota caída no solo...), e com propriedades nutritivas apreciáveis, nomeadamente a ausência de glúten. Tradicionalmente, as bolotas eram reduzidas a farinha, com a qual se fazia o pão de bolota. Além do pão, a farinha de bolota pode ser usada para outros fins como a doçaria, ou a preparação de uma bebida, semelhante ao “café”, com a vantagem da ausência natural de cafeína – um descafeinado puro. À redescoberta da bolota também se têm associado alguns *chefs* de cozinha da nossa praça, com igual redescoberta de receitas, e desenvolvimento de outras com este produto.

Se há uma árvore que é representativa do nosso país, essa árvore é o carvalho. Portugal, tradicionalmente, é um grande carvalho, que constitui o mais e melhor exemplo de floresta autóctone. Claro que este pequeno mas diverso país tem oscilações regionais naturais, e a bolota está comumente associada aos porcos na região do Alentejo, que se alimentam nos “montados”, um ecossistema criado por intervenção humana, e actualmente protegido no nosso país, no fundo um carvalho “moldado” pela pastorícia, e de grande importância ecológica. Não esqueçamos que o nosso país é o maior produtor de cortiça a nível mundial, o que alimenta uma grande indústria (não só rolhas mas também vestuário, revestimentos, e um sem fim de aplicações), de qualidade igualmente reconhecida além-fronteiras. Se a importância dos sobreiros e da cortiça é inquestionável, por que estamos a limitar o seu fruto, com as qualidades aqui descritas, ao consumo dos porcos? Há bolotas para todos!

Finalmente, uma palavra de apreço para aqueles que se preocupam com estes temas ambientais. Já

anteriormente elogiei o trabalho das associações ambientais, muitas vezes compostas apenas por voluntários, com um importante trabalho de sensibilização, informação e formação ambiental, de que toda a nossa sociedade beneficia de alguma forma, mas também merecem reconhecimento os “curiosos”, os cidadãos anónimos, todos aqueles dispostos a ouvir e entender melhor o meio onde vivem. Sobre o evento que ocorre este fim-de-semana, em particular, podem encontrar mais informações na página da associação que o organiza ([www.vipa1051.com](http://www.vipa1051.com)), uma associação de Matosinhos que organizou a Primeira Conferência Ibérica sobre Bolota na sua terra natal, a Segunda em pleno Alentejo, e volta ao Norte nesta terceira edição, o que prova que no ambiente não há fronteiras, e que o nosso país é um imenso carvalhal, do qual todos podemos disfrutar. Aos que leram este artigo até aqui, deixo o seguinte desafio: provem os produtos de bolota, e deixem aqui um comentário sobre a vossa experiência!

*Nota: o autor opta por não seguir o Acordo Ortográfico de 1990.*

**Data de Publicação:** 19-11-2019