



International Commission on the  
Anthropology of Food and Nutrition

**ALIMENTACIÓN, NATURALEZA Y PAISAJE.  
TRADICIÓN Y PATRIMONIOS**

**FOOD, NATURE AND LANDSCAPE.  
TRADITION AND HERITAGE**

**ALIMENTAÇÃO, NATUREZA E PAISAGEM.  
TRADIÇÃO E PATRIMÓNIOS**

VALAGÃO, M.M.  
Instituto de Estudos de Literatura e  
Tradição (IELT) – FCSH, Universidade  
Nova de Lisboa (Portugal)  
mvalagao@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-4440-319X>

Recibido: 12/01/2026

Aceptado: 01/03/2026

## RESUMO

A alimentação e a sua relação com a natureza e a paisagem tornaram-se um tema da maior importância, presente nas actuais práticas agrícolas e alimentares, que conferem a maior importância à escassez de água, alterações climáticas e outras circunstâncias e fenómenos que ponham em causa a biodiversidade e a conservação das espécies.

A gastronomia, as tradições alimentares e a identidade local própria, que constituem património cultural, estão ligadas ao território e à paisagem, constituindo práticas e modelos duráveis de desenvolvimento local. O sentido do lugar tem, por isso, uma dimensão marcante em cada território, em função das espécies e ecossistemas que estão na natureza, meio onde se desenvolvem, o ser humano e todos os seres vivos, os animais e as plantas mais diversas. Neste contexto, para melhor conhecermos as tradições alimentares, as práticas sociais e o papel central que as plantas silvestres alimentares têm, como constituintes fundamentais da biodiversidade, é crucial o regresso à natureza, para melhor conhecê-las e conservá-las.

Neste artigo revisitam-se as práticas sociais e agrícolas que constituem a base alimentar tradicional, abordando-se as plantas silvestres alimentares nos ecossistemas mediterrânicos característicos do Sul de Portugal, Algarve e Alentejo, até uma zona interior de transição situada a norte do rio Tejo na continuidade das paisagens do Sul, o concelho de Idanha-a-Nova.

*Palavras-chave:* Natureza; paisagem; plantas silvestres alimentares; tradições e patrimónios.

## ABSTRACT

Food and its relationship with nature and the landscape have become a topic of utmost importance for current agricultural practices and eating habits, which are impacted by water scarcity, climate change and other circumstances that threaten biodiversity and species conservation.

Gastronomy, food traditions and local identity, which constitute our cultural heritage, are directly linked to the terrain and the landscape, shaping sustainable practices and models of local development. The sense of place therefore has a significance for each locality, arising from the species and ecosystems that exist in nature, the environment in which human and all living beings and the most diverse plants develop.

In this context, in order to better know food traditions, social practices and the central role that wild edible plants play in biodiversity, it is vital to return to nature to enhance understanding and for environmental preservation.

This article revisits the social and agricultural practices that form the basis of traditional food and considers wild edible plants in the Mediterranean ecosystems characteristic of southern Portugal, Alentejo and Algarve, up to a transition zone located to the north in the municipality of Idanha-a-Nova.

*Keywords:* Nature; food resources; landscape; traditions; Cultural Heritage.

## INTRODUÇÃO

A observação da natureza e da paisagem é o ponto de partida para a compreensão dos seus ciclos e do modo como uma alimentação saudável pode ser feita sem comprometer a conservação dos ecossistemas. As consequências duma exploração agrícola e industrial intensiva e da globalização tem como consequência mais directa a transformação das paisagens que, entre outros inconvenientes, acarreta a perda e extinção de espécies silvestres, pondo em risco a biodiversidade.

A descoberta da paisagem através das suas espécies de plantas silvestres alimentares permite-nos ter dados para compreender as tradições alimentares e os patrimónios associados. As plantas silvestres em cada território têm também uma “história” associada às práticas agrícolas de cada território. Como demonstrou Adam Maurizio, na sua *Histoire de l’Alimentation Végétal. Depuis la Préhistoire Jusqu’à nos Jours* (1932), muitas das plantas actualmente de recolção são originárias da Ásia Central, do Sudoeste Asiático e da região mediterrânica, foram primeiramente cultivadas, tendo depois passado ao estado silvestre, mas a sua colecta para fins alimentares perdurou até aos nossos dias.

Se muitas destas plantas passaram a ser infestantes ou daninhas, por outro lado o regresso às práticas alimentares tradicionais tem recuperado práticas e modelos que são hoje considerados importantes, por exemplo, para o modelo de alimentação mediterrânica que estabelece harmonias e equilíbrios que favorecem uma alimentação mais saudável e a sustentabilidade da natureza.

Para melhor entendermos esta relação, este artigo aborda o papel da alimentação na sua relação com a natureza e a identidade das memórias que formam e dão sentido ao lugar, trabalho que vimos desenvolvendo há mais de três décadas, apoiando-nos nos estudos sobre os patrimónios paisagísticos e alimentares. Neste estudo há uma constante tónica na necessidade de desenvolvermos modelos de produção agrícola regeneradores da capacidade dos solos e da biodiversidade, tomando como ponto de partida a observação e o estudo de cada território específico, das suas espécies, propriedades e tradições, consoante as condições ecológicas e reprodutivas das muitas espécies de plantas silvestres aromáticas e medicinais.

Nas sociedades contemporâneas, as interações entre os contextos globais e locais ocorrem através de mecanismos complexos e contraditórios. Por um lado, alteram-se os padrões culturais e os contextos de vivência quotidiana no espaço e no tempo. Por essa via, chegamos a novas «gramáticas culturais e alimentares», que se afastam das tradições alimentares, enfraquecendo as componentes

inerentes à sociedade tradicional<sup>1</sup>. Por outro, geram-se condições propícias à exaltação das diversidades culturais, nas quais a natureza e as tradições alimentares se constituem como um eixo privilegiado para a afirmação das memórias e identidades locais.

A ênfase nas questões de saúde associadas ao prazer de comer acentua-se de dia para dia. Esta tendência tem sido notória, desde os finais do século XX, com o aumento da incidência das chamadas «doenças da civilização», originadas por estilos de vida sedentários associados a um modelo de consumo alimentar, dito «ocidental». Talvez essa incidência seja também uma das razões que estão na origem de uma maior atenção aos modos de produção dos alimentos e à sua origem, com o necessário reforço de consumos de proximidade e, obviamente, da sustentabilidade ambiental e social que lhes estão inerentes. O equilíbrio corporal e da saúde ultrapassa a dimensão da quantidade, da variedade e do tipo de alimentos. Em décadas passadas, as recomendações alimentares procuravam sobretudo incidir sobre o que comer, em que quantidades e proporções, de que é exemplo a «pirâmide alimentar» e a «roda alimentar». Já não é só disso que se trata. Como e onde produzimos e transformamos os alimentos? Que consequências resultam na Natureza dos modelos de consumo e produção atuais?

O momento especial que vivemos veio colocar em posição primordial tudo o que diz respeito à subsistência humana e particularmente à alimentação e à natureza. Um maior acesso à informação e à educação, viagens, descobertas e outras interações vieram promover aculturações alimentares e mudanças nas práticas e hábitos alimentares. Sabendo que uma alimentação saudável passa necessariamente pela predominância de alimentos de origem vegetal, será inevitável interrogarmo-nos: porquê não atender a produtos cujos modos de produção sejam mais sustentáveis, usando espécies autóctones mais adaptadas à natureza onde se inserem? Se são relativamente bem conhecidas as vantagens em consumir dentro de critérios de proximidade, como vantagem ambiental e de equidade social, o que poderemos fazer? Qual o lugar da natureza em todos estes processos? Corroboramos aqui o pensamento de

---

<sup>1</sup> Este tipo de sociedade encontra-se estabelecida em regras e costumes que se traduzem na organização da vida doméstica e comunitária com base em mecanismos de entajuda e solidariedade. A principal actividade é a agricultura de subsistência. Caracteriza-se por uma organização social específica, com uma fraca divisão do trabalho e com a presença daquilo que Émile Durkheim designou por «solidariedade mecânica». Nestas sociedades, os valores que as estruturam dão lugar a formas de vida comunitária que sobrepõem a consciência coletiva à consciência individual. Em Portugal, são hoje em dia praticamente residuais embora, na memória coletiva, continuem a subsistir memórias de vida comunitária, nomeadamente as que se exprimiam nas relações de entajuda alimentar do passado.

Emanuele Coccia (2019), para quem «as plantas são os verdadeiros mediadores: são elas os primeiros olhos que pousaram e que se abriram sobre o mundo, são o olhar que consegue percebê-lo em todas as suas formas. O mundo é, antes de tudo, o que as plantas souberam fazer dele. São elas que *fizeram* o nosso mundo...» (p. 38), constituindo a parte mais significativa da nossa alimentação. Mesmo quando se trata de alimentos de origem animal, na sua génese estão as plantas que lhes serviram de alimentação.

### NATUREZA, ALIMENTAÇÃO E SENTIDO DO LUGAR

Depois de se assistir à desertificação dos campos, ao êxodo para as cidades em busca de uma vida melhor, a natureza deixada para trás tornou-se alvo de novos olhares. A paisagem habitada por recursos tangíveis – arvoredo, plantas, comunidades, horizontes – e por outros tantos contornos intangíveis ou imateriais – cultura oral, saberes, modos de ser – passou, entretanto, a ser classificada como património a preservar e a valorizar. E não só a paisagem: os recursos, um a um, nomeadamente os que forjaram parte da identidade alimentar das regiões são actualmente alvo de interesse e de valorização, enquanto patrimónios a salvaguardar. Reconhecidos como recursos endógenos, que podem ser integrados em novas dinâmicas que potenciem o desenvolvimento local. Segundo Marc Augé, na sua conhecida obra *Non-lieux, introduction à une anthropologie de la surmodernité* (1997) sustenta, nesta lógica, que a revalorização das tradições alimentares, enquanto factor de identificação cultural – sinónimo de um movimento mais amplo de patrimonialização dos saberes e fazeres locais –, traduz assim a afirmação do sentido do lugar, do regresso às raízes e ao interesse focado na redescoberta do local e da sua cultura num determinado tempo e espaço.

Dito de outro modo, apesar da tendência global para a estandardização das práticas alimentares, são nítidas as tendências em sentido contrário, ou seja, as que procuram afirmar a diversidade dos hábitos e dos gostos alimentares, enraizados em diferentes culturas e paisagens alimentares locais. Ainda segundo o mesmo autor, «a globalização traz também consigo a insistência na diversidade, a tentativa de recuperação das tradições locais perdidas e o ênfase posto na identidade cultural local...» (Augé 1997, p. 70). E esta identidade cultural é construída através de atitudes, processos, gestos, seres vivos e objectos que deixaram de ter uso ou sentido no presente, mas que o presente reclama, porque deles necessita. Entre eles, as culturas alimentares tradicionais. Neste sentido, o reavivar das tradições, como um «renascimento», não poderá ser encarado como um regresso ao passado, mas sobretudo como forma de adaptação ao presente.

Uma das consequências deste processo de adaptação manifesta-se nos diferentes modos de reinvenção das tradições alimentares, com particular relevância na sua ligação à natureza. A procura da ruralidade esquecida, dos métodos de produção agrícola antigos e das tradições culinárias ancestrais são manifestação da moderna necessidade de enraizamento cultural e identitário. No actual contexto de vida urbana, obviamente, este processo está para além do alimento em si próprio, podendo ser interpretado como uma tentativa de equilíbrio de modos de vida num sentido mais amplo. Talvez uma compensação à industrialização e padronização da esfera alimentar.

A extinção de uma espécie, para além do que significa em termos da perda de diversidade, significa também a perda dos sabores e patrimónios que lhe estavam associados. Esta questão explica, em parte, a grande atualidade dos debates em torno da relação da botânica com a gastronomia. Se as questões da qualidade dos vegetais na alimentação, e do processo de produção, bem como das respectivas sementes utilizadas, interessam desde há muito os profissionais destas áreas, foi nos dias de hoje que a sua visibilidade se tornou mais premente. Os campos, transformados em áreas de produção intensiva com a introdução/cultivo de novas espécies cujas rendibilidades são mais elevadas do que as das autóctones, tornam-se espaços inóspitos, o que, por oposição, fomenta no imaginário do consumidor a construção idílica dum lugar e dum tempo em que as tradições alimentares estavam fundadas em ecossistemas produtivos sustentáveis. A atual atração pela natureza, e pelas plantas em geral, manifesta-se não só pelos aspectos lúdicos, de fruição e contemplação estética dos campos, jardins, canteiros ou floreiras, mas também utilitários. É, por conseguinte, um elemento complementar e intrínseco à vida nas cidades.

Uma das propostas que vem emergindo é a reconstrução da cultura gastronómica local, como uma das componentes das novas dinâmicas de territorialização das práticas de lazer e de consumo alimentar. Com ela despontam as interrogações: como estimular/cultivar este renascer do interesse pela natureza ou pelas culturas alimentares locais? Como perceber o interesse pelo património natural? Como integrar as temáticas da sustentabilidade e da multifuncionalidade nas estratégias de desenvolvimento de um território? Aqui, o reencontro com as tradições pode traçar um eixo a partir do qual satisfazemos os múltiplos requisitos de uma prática de consumos qualitativos, tendentes ao bem-estar pessoal e à conservação dos equilíbrios da natureza. Isto é traduzido nas preocupações que se revelam na actual procura de produtos genuínos, associando-se esta procura ao ordenamento do território, à defesa e valorização da paisagem e à diversidade na agricultura. O espaço rural torna-se assim um espaço de reencontro das tradições e dos

hábitos alimentares com o território<sup>2</sup>, com o património natural e cultural, com os sabores tradicionais específicos em particular. Assim sendo, torna-se oportuno que nos centremos na questão dos novos usos dos campos. O revisitado de formas de produção agrícola, de preparação culinária e de práticas de consumo sustentáveis para a natureza e para a saúde individual, direcionamos para a reconstrução da memória e identidade dos lugares.

Neste contexto, as plantas silvestres com valor alimentar e as ervas aromáticas e medicinais integram o conjunto dos recursos endógenos a valorizar não só pelo seu valor utilitário mas sobretudo porque a sua existência traduz práticas de gestão dos ecossistemas e da agricultura mais consentâneas com a conservação da natureza. Associados a uma época em que as práticas sociais e as práticas agrícolas eram bem diferentes das atuais a sua valorização é hoje em dia encarada como uma expressão de modernidade.

Basicamente, pretendemos voltar a utilizar em mais larga escala estes recursos, mas procuramos encarar questões tão fundamentais como a conservação da natureza, da qualidade dos solos e da gestão da água.

### REGRESSAR ÀS PLANTAS SILVESTRES ALIMENTARES<sup>3</sup>

A consciência do declínio da biodiversidade e o desejo de fugir à monotonia e padronização dos sabores são a motivação e o ponto de partida. O conhecimento atual sobre as espécies vegetais silvestres com valor alimentar e as possibilidades que se oferecem para as cultivar de modo sustentável, «eco-friendly», podem trazer, através da sua divulgação junto do grande público, a noção de que podemos usufruir de sabores «novos» a redescobrir, reinventar as tradições e, simultaneamente, consumir alimentos saudáveis e estimulantes.

Pelo papel que o reino vegetal tem na vida dos seres, na atmosfera e no clima, e vice-versa, afigura-se inegável a necessidade de pensar, viver e desfrutar da natureza e dos seus recursos de forma dita sustentável. Ou seja, atender ao que as plantas têm de essencial para a nossa vida e às condições que são necessárias para que as espécies vegetais se multipliquem sem comprometer a biodiversidade.

---

<sup>2</sup> Este conceito insere-se numa tipologia mais vasta sobre as dinâmicas de aproximação ao espaço rural/«reencontros», apresentadas por Ferreira (1999).

<sup>3</sup> Ao longo do texto utilizaremos indistintamente a designação de plantas silvestres alimentares, plantas silvestres comestíveis ou plantas da flora silvestre com valor alimentar.

Até muito recentemente, por volta do terceiro quartel do século XX, era muito comum a colecta (ou *foraging*) para consumo local. Com o abandono da cultura de cereais, com a introdução de mecanização e da agricultura intensiva, as espécies silvestres mais consumidas pelas populações rurais começaram a ser mais raras. Por outro lado, o aumento de consumidores destas espécies vegetais conduziu ao interesse na comercialização das mesmas, tendo a aumento da coleta provocado alertas sobre a possibilidade de extinção ou rareamento. Do reconhecimento destes factos nasceu a consciência da necessidade de abrir novos caminhos e métodos para obter quantidades suficientes que satisfaçam a procura, daí a necessidade de encetar o cultivo destas espécies silvestres. Caminho que tem sido feito de várias formas.

Ao passo que as plantas aromáticas têm tido um desenvolvimento considerável, graças às suas características terapêuticas e/ou condimentares, a ponto de se estabelecer a sigla PAM<sup>4</sup>, o que reflete um interesse geral em crescendo, já as silvestres, com uma ou outra exceção – a beldroega, a acelga, a sorrel, (também conhecida por azedinha), entre outras –, têm estado envoltas no esquecimento, sendo praticamente desconhecidas das novas gerações.

Pela nossa parte já lhes dedicamos atenção há mais de duas décadas, especialmente através de dois projetos de Desenvolvimento, Experimentação & Demonstração<sup>5</sup> desenvolvidos no Alentejo, nos quais os recursos silvestres alimentares constituíam o tema federador. O primeiro projeto sobre o tema foi desenvolvido em Alcácer do Sal e intitulava-se: «*Inovar e valorizar as tradições alimentares enquanto precursoras da conservação da natureza e de desenvolvimento local em Alcácer do Sal*», PO AGRO DE&D (2001-2005)<sup>6</sup>. Esta experiência prosseguiu em Vendas Novas, com o Projecto de Desenvolvimento Experimentação & Demonstração, «*Novas dinâmicas multifuncionais em espaço rural: um ecomuseu de recursos florestais com um horto pedagógico de plantas silvestres alimentares*», PO AGRO DE & D (2005 – 2008) que decorreu na Escola Agrícola D. Carlos I, em Vendas Novas<sup>7</sup>. Ou ainda, focando a importância destes recursos no conjunto de outros recursos patrimoniais na construção do «lugar» (Valagão 2002).

O interesse e paixão por estas matérias tem-se manifestado de forma transversal: cozinheiros, estudantes, investigadores, público em geral têm despertado

---

<sup>4</sup> PAM: acrónimo de Plantas Aromáticas e Medicinais.

<sup>5</sup> São os conhecidos Projetos de Desenvolvimento, Experimentação & Demonstração (PO AGRO DE & D), financiados pela União Europeia.

<sup>6</sup> Este projeto deu origem ao livro Valagão, Maria Manuel (org.) (2006). *Tradição e Inovação Alimentar. Dos Recursos Silvestres aos itinerários turísticos*. Lisboa: Edições Colibri/INIAP.

<sup>7</sup> Deste projeto resultou o livro Valagão, Maria Manuel (org.) (2009). *Natureza, Gastronomia & Lazer. Plantas Silvestres Alimentares e Ervas Aromáticas Condimentares*. Lisboa: Edições Colibri/INIAP.

para o papel das plantas silvestres, no enfoque da sustentabilidade dos ecossistemas e na diversificação das gastronomias. Além disso, a domesticação de algumas espécies da flora silvestre com valor alimentar pode também contribuir para a proteção das espécies em vias de extinção através do repovoamento de *habitats*, assegurando um fornecimento regular de novas espécies vegetais para consumo. Este é o caminho para dispor de sabores novos ou para a redescoberta de antigos, para fomentar a salvaguarda destes recursos que são, ou já foram, característicos e identitários do património natural da flora local.

O objetivo principal destas experiências de investigação aplicada foi sensibilizar para a importância dos recursos silvestres na conservação da natureza e do desenvolvimento local tal como o próprio título indica, através do estudo das tradições alimentares e da criação de itinerários turísticos integrados (Valagão 2006, Joaquim e Moreira 2006). Já no Projeto de Vendas Novas, tratou-se da constituição de um Ecomuseu de Recursos Florestais, criando um núcleo museológico de plantas silvestres alimentares e ervas aromáticas condimentares; o projeto era pedagógico e com fins de turismo cultural e gastronómico. Isto porque as plantas silvestres alimentares e as ervas aromáticas condimentares são recursos endógenos identitários da gastronomia local e constituem um potencial a valorizar, com fins pedagógicos e de lazer, abrindo uma via de desenvolvimento local. Para tal, procurou-se interpretar e organizar os saberes relacionados com esses recursos e outros mais especializados, em torno de uma iniciativa que tivesse não só uma função demonstrativa e pedagógica, mas também uma função económica, através da possibilidade de integrar formas de turismo de natureza.

Na verdade, a conservação da biodiversidade e a reconstrução de ecossistemas naturais constituem «o único sistema que cria ferramentas de abordagem ao futuro. É a solução imediata para a construção da sustentabilidade e o melhor instrumento para a incerteza das alterações climáticas» (Sendim 2020). Neste sentido, a presença/abundância de recursos vegetais espontâneos com valor alimentar constitui também um sinal identificador da biodiversidade na paisagem. Alguns deles também identificam algumas tradições da cozinha familiar cujas práticas se vão perdendo e, por vezes, só existem memórias vivas. É esta diversidade que importa identificar e valorizar, para que não se percam nem os saberes a eles associados, nem as espécies que lhes conferem sabores específicos. Ainda para mais, porque sendo a gastronomia parte integrante do património cultural de um território, a sua interpretação e conhecimento articulam-se com a história, com os recursos locais e a paisagem, os quais se assumem como elementos-chave de valorização patrimonial e turística. Integrar as temáticas da conservação da natureza, da paisagem e do desenvolvimento local com a valorização das tradições alimentares e a sua inovação como forma

de desenvolvimento dos territórios rurais constitui a melhor forma de pôr em prática as inter-relações e as interdependências entre a alimentação, a paisagem e o ambiente, alargando a nossa compreensão dos territórios, do equilíbrio local e da sua dimensão antropológica e cultural.

## PAISAGEM, TRADIÇÕES E PATRIMÓNIOS

Para melhor explicitar o conceito de paisagem utilizado neste artigo socorremo-nos da abordagem da obra de Ilídio Alves de Araújo (2022)<sup>8</sup>:

“A Paisagem não é apenas o que cada observador percebe no compartimento territorial em que se situa (vendo-o, cheirando-o, tasteando-o, ouvindo-o...), (...) Uma paisagem pode definir-se, pois, como um compartimento da superfície terrestre que, com o conjunto de sistemas produtivos (bióticos, abióticos e mistos – naturais e artificiais) nele contidos (e que o caracterizam e definem) constitui o habitat de uma comunidade humana e permite distingui-lo de qualquer outro da mesma espécie. Esse conceito engloba o de «território», considerando-o em simultâneo com a respetiva geomorfologia, as suas rochas e os seus solos, com o seu clima e os seus microclimas, as suas águas e a sua atmosfera (límpida ou poluída), com a sua flora e a sua fauna, com os homens e as suas casas e caminhos, os seus campos e as suas matas, as suas fortalezas e as suas plataformas de lançamento de foguetes, e é também a forma como nesse compartimento tudo isso se encontra arrumado e integrado em sistemas funcionais interlaçados e interdependentes, e de cuja racionalidade de conceção e coerência de funcionamento depende a felicidade da comunidade humana nele instalada”. (pp. 49-50)

Ora, é precisamente nesta integração «em sistemas funcionais interlaçados e interdependentes» que se podem compreender as tradições alimentares. Elas traduzem sobretudo a história das relações das pessoas com os recursos, com as fontes alimentares. Assim se entende que a escassez de produtos possa estar na origem da criatividade da cozinha portuguesa, nos hábitos tradicionais de frugalidade, sobretudo dos produtos mais nobres e mais caros, como as proteínas animais. Parte significativa das suas tradições centra-se, pois, numa cozinha familiar de subsistência, que acentuou o carácter inventivo na procura de bons sabores com poucos ingredientes. Em Portugal, nas cozinhas do Sul do país, um desses ingredientes são as ervas aromáticas cujo papel primordial na saúde hoje é sobejamente conhecido. E também algumas plantas espontâneas com valor alimentar. Quanto aos procedimentos, fazem parte do património intangível e foram repetidos ao longo dos tempos e transmitidos

---

<sup>8</sup> Esta obra teve como coordenadores da edição e Introdução Fernando Santos Pessoa e José Carlos Costa Marques.

oralmente de geração em geração. Tornados intemporais, estes saberes encerram em si toda uma cultura inerente à vida do grupo doméstico em diferentes épocas de trabalho e de sociabilidade, sendo as práticas alimentares consonantes com os ciclos agrícolas, sazonais e ritualizadas por ciclos de festividades, muitas delas religiosas (realidade bem diferente da atual).

Quer a cozinha frugal do quotidiano, quer a mais elaborada, dos momentos festivos, são expressões duma arte das mais efémeras que se podem conceber. Vejamos: elaborada duas ou três vezes por dia, acontece e desaparece quase sem deixar vestígios. Aqueles que deixa ficam na memória dos sentidos, em registo de imagens ou na literatura. Cada momento gastronómico, à semelhança de qualquer outro de criação artística ou ritual, é sempre único. A sua diversidade, característica maior das cozinhas mediterrânicas, constitui um património de reconhecida atratividade. Conhecer essa diversidade, divulgar a importância da conservação do património vegetal tradicional e das espécies autóctones que lhes conferem sabores singulares, significa também contribuir para a sustentabilidade. Contém em si mesma muito do processo da produção alimentar e da evolução verificada na exploração dos recursos e no respeito dos ecossistemas.

Os sistemas agroflorestais marcam profundamente a paisagem de Portugal refletindo as potencialidades dos territórios e a intervenção humana no seu entorno. Desde um Norte de solos graníticos e xistosos e influências mais atlânticas, ao Sul de solos calcários, e inserção mais mediterrânica, a diversidade da paisagem traduz o labor humano com vista a responder a necessidades específicas das quais a predominante foi a alimentação não comprometendo o equilíbrio dos recursos naturais através de práticas ancestrais que mantinham a harmonia de desenvolvimento agroflorestal sustentado.

As paisagens do Sul, caracterizavam-se no passado por extensas áreas de cultura de cereais (trigo sobretudo) e pelo montado, na região do Alentejo. Falamos no passado uma vez que parte significativa desta paisagem está a ser transformada pelas monoculturas da oliveira e da vinha. E também por outras culturas, antes inexistentes enquanto cultura intensiva nestes territórios, como é o caso da amendoeira (no Alentejo), ou do abacate (no Algarve). No seu conjunto, esta forma de desenvolvimento económico causa apreensão e alertas quanto aos efeitos nocivos nos ecossistemas e na vida das populações, pelo declínio da biodiversidade, o empobrecimento dos solos e esgotamento de reservas aquíferas.

O montado é um sistema agroflorestal de utilização multifuncional e sustentada da paisagem e dos seus recursos – que integra formas de aproveitamento das árvores, sejam elas o sobreiro, a azinheira ou o pinheiro manso – e

de produtos agroflorestais e cinegéticos dos outros estratos da paisagem. Estes são constituídos pelas pastagens, matos, apicultura, exploração de plantas aromáticas e medicinais, bem como de cogumelos silvestres e recursos cinegéticos, entre outros. Integram-no, também, formas de povoamento próprias, que se estruturam em aldeias, em quintas, nos montes, e nas herdades. Em todos eles se observa o aproveitamento simultâneo dos recursos silvestres com os dos produtos das hortas e hortejos, onde crescem espécies autóctones e naturalizadas com uso alimentar.

Os saberes relacionados com a utilização destes recursos agroflorestais são também uma forma de gestão e de conservação da paisagem. Constituem-se como marcos de continuidade da presença humana nesse espaço. São recursos intangíveis, parte integrante da biodiversidade local e que moldaram parcialmente a identidade alimentar e cultural da região. Por si só, ou integrados em outros recursos patrimoniais da região, são elementos de atração que poderão por exemplo servir para criar itinerários turísticos integrados (Joaquim e Moreira 2006).

Hoje em dia, falar de sustentabilidade implica uma abordagem integrada, em que as heranças do passado se imbricam na modernidade. Recuperar e perceber quais são os fundamentos das tradições, nomeadamente alimentares e gastronómicas, tornou-se uma vertente incontornável a ser integrada em dinâmicas de desenvolvimento. A par da gastronomia, a paisagem e os elementos que configuram os territórios rurais estão profundamente associados aos conceitos de natureza e de ambiente, encontram-se presentes no imaginário coletivo e são encarados como um valioso património natural a preservar e valorizar (Vieira 2007). Essa revalorização tem de ser encarada numa perspetiva tanto ambiental e cultural quanto económica, numa conceção destes espaços enquanto patrimónios multifuncionais e intergeracionais. Algo que implica uma nova atitude ética e será tanto mais eficaz quanto esta valorização patrimonial congregar funções produtivas e funções culturais, ambientais e recreativas, pedagógicas, simbólicas e estéticas.

De acordo com uma abordagem contemporânea, e segundo Pessoa (2001):

“o património é cada vez mais entendido como um conceito global, em que entram a natureza, e o meio natural em que vive determinada população humana, e o resultado da elaboração mental e do trabalho dessa mesma população nas suas intervenções sobre a realidade biofísica que a envolve, para conseguir primeiro a sua sobrevivência e, mais tarde, para fazer evoluir a sua existência. (...) Todas as intervenções humanas e o residual dos elementos naturais estão inscritos nas paisagens”. (p. 85)

Nesse sentido, «refletir sobre o Património é, em grande medida, refletir sobre a Paisagem» (Pessoa 2001, p. 85) e sobre a evolução das práticas alimentares, salientamos nós, ligadas aos recursos agrícolas na lógica de proximidade. Acresce que, se «a nossa cozinha é a paisagem posta na panela»<sup>9</sup>, ou ainda «gastronomia e cozinha são duas faces da mesma moeda» (Salvador 2016), a recuperação das cozinhas tradicionais e dos produtos alimentares que as constituem são também uma forma de dar relevo às especificidades do território e das suas paisagens, resultado da simbiose entre património natural e património cultural, através de uma presença humana concertada com o equilíbrio ambiental. A paisagem contribui, pela sua singularidade, para a identidade local e reflete a história e a interação entre a população local e a natureza.

Aqui chegados, nesta reflexão sobre tradições, patrimónios e paisagens alimentares, importa relançar um olhar sobre os métodos de produção ancestrais. Neles se via garantida a manutenção dos ecossistemas e da biodiversidade da qual faziam parte espécies silvestres comestíveis, algumas delas complementando a alimentação em vitaminas e sais minerais, nas épocas do ano em que os vegetais tradicionais ainda não estavam disponíveis. Os processos de cultivo e de amanho das terras e das florestas, com o necessário manejo dos animais, que foram seguidos no passado, sabe-se hoje, eram processos regenerativos da capacidade dos solos e da conservação da biodiversidade. Por conseguinte, cuidar, conservar e gerir a terra e a água de forma regenerativa no processo de produção de alimentos sempre foi preocupação dos agricultores. É mais do que praticar o método de produção biológico. Isto porque se o agricultor bio se limita a substituir adubos e pesticidas químicos de síntese por fertilizantes minerais e orgânicos ou por pesticidas minerais e biopesticidas, está a fazer agricultura biológica respeitando as regras da produção certificada, mas de facto ainda não está a contribuir para um desenvolvimento harmonioso dos ecossistemas. A solução, será uma abordagem holística da agricultura que cruza os princípios da agricultura biológica com práticas de rotatividade e de pousio do solo, combinando a gestão da terra com o adequado manejo da produção extensiva de animais, por forma a recuperar a natural fertilidade dos solos sem recorrer a adubos de síntese química. Utilizando uma considerável diversidade de práticas<sup>10</sup>, a agricultura regenerativa, cujos benefícios para o meio ambiente são por demais evidentes, ocupa-se da recuperação dos solos empobrecidos, garantindo o seu bom uso.

---

<sup>9</sup>Josep Pla, citado por Santi Santamaria, a propósito das razões do declínio da cozinha tradicional catalã.

<sup>10</sup> Rotação de culturas, ou cultivo sucessivo de mais de uma espécie no mesmo solo...; pastagem de gado (com vista a estimular o crescimento das plantas); limitado (ou nenhum) uso de fertilizantes e pesticidas; promoção do bem-estar animal e de práticas justas de trabalho para os produtores.

Valorizando os micro-organismos e insetos neles presentes, fundamentais para a manutenção da terra, está naturalmente associado o desenvolvimento e a utilização de biofertilizantes preparados com recursos naturais.

Em Portugal há cada vez mais exemplos de explorações agrícolas que praticam uma agricultura regenerativa. Citamos como exemplos, entre tantos outros, a Herdade do Freixo-do-Meio, em Montemor-o-Novo, a Herdade de São Luís, também em Montemor-o-Novo (com manejo extensivo de todas as espécies), o Projeto Regenerar, em Idanha-a-Nova<sup>11</sup>, a «Landscape farm», em Santarém, ou ainda, a uma escala mais pequena citamos o exemplo da agricultura biológica praticada por António Rosa, da empresa "Alcagoita", em Aljezur, com a recuperação de variedades autóctones de batata doce e de amendoim.

No entanto, a tendência moderna de práticas alimentares que combinem saúde com tradição é cada vez mais mediatizada por factores de insegurança e incerteza, que afetam o consumidor e que se relacionam com a crescente visibilidade social da relação entre a alimentação, a saúde e o ambiente. É neste contexto de insegurança quanto ao consumo alimentar que se poderá compreender a importância atribuída às questões da procura da autenticidade, do que é genuíno, biológico, local, de proximidade. Procura-se uma alimentação que respeite a sazonalidade de produtos que tenham percorrido a menor distância entre o local de cultivo e o de consumo, a já referida produção de proximidade, bem como o consumo de alimentos pouco processados. A estas tendências associa-se o crescente número de consumidores «bio», a bio atitude, nascida de conceitos ecológicos e higienistas e de preocupações que relacionam simultaneamente práticas eco responsáveis com formas de alimentação saudável. Muitos autores têm refletido sobre estas tendências e questões.

Como explicou Karen Montagne (2008), a tendência de consumo de produtos «bio» é sobretudo determinada pelo questionamento não só ao nível das práticas alimentares, mas sobre modos de vida e motivos ecológicos no geral, sem esquecer razões de sustentabilidade social. Em certa medida, a

---

<sup>11</sup> Quanto ao concelho de Idanha-a-Nova, existem, na Revista *ADUFE*, referências a usos tradicionais das plantas espontâneas, com particular destaque para as atividades do *Projeto Regenerar*. Note-se que a base deste projecto assenta num processo vivido, na troca intercultural e na partilha, integradas e inspiradas no meio natural. Pressupõe, portanto, a evolução da consciência, tanto individual como grupal, não só acerca dos recursos de que dependemos (de acordo com a Global Footprint Network, e várias outras fontes oficiais, a humanidade usa atualmente o equivalente a 1,6 planetas de molde a proporcionar os recursos globalmente requeridos e a absorver todos os nossos resíduos), mas também do papel que cada um tem, como parte do todo, na continuidade, aumento e enriquecimento desses bens e recursos. Pretende-se assim recorrer a conexões reais ao meio, pelo reconhecimento e compreensão transversal e multidisciplinar dos seus elementos e padrões, isto como ponto de partida para resoluções criativas que apontem novas soluções, eficientes e permanentes.

crescente procura de alimentos de produção biológica pode traduzir-se também por «trazer» o campo para a cidade, reinventando a natureza em pequenos núcleos de produção urbanos que respondam às necessidades de consumir seguro. No seu «quotidiano alimentar», o consumidor vive um equilíbrio instável e de incertezas, em que modernidade e tradição coexistem. Este estado de insegurança também pode ser relacionado com aquilo a que Anthony Giddens (1997) denominou como *incertezas e riscos fabricados*<sup>12</sup> nos projetos individuais, nos quais a questão do modo como se deve viver é constantemente reformulada face aos condicionalismos da vida moderna.

Neste sentido, a valorização social das tradições e identidades alimentares locais inscreve-se em tendências mais genéricas de expansão dos consumos qualitativos e de novas necessidades e aspirações de natureza social e ambiental por parte dos consumidores<sup>13</sup>. Estas necessidades têm dinamizado a procura de produtos e serviços associados quer à qualidade de vida em geral, à saúde e ao lazer, quer à alimentação em particular, dando lugar à emergência dos ditos «consumos qualitativos»: lúdicos e culturais, estéticos e desportivos, de educação e de saúde, entre outros (Costa et al. 2000, p. 25). Nesta lógica a busca de enraizamento cultural, identitário e territorial, a par do fenómeno da urbanização, orienta as práticas de lazer para um tipo de procura turística centrada na cultura e no património. Nomeadamente no património rural, nas suas componentes materiais e imateriais, onde os recursos florísticos, os habitats das plantas assumem particular relevância.

## ECOSSISTEMAS DE OBSERVAÇÃO

---

<sup>12</sup> Os conceitos genéricos de incertezas ou riscos fabricados ou manufaturados fazem referência a algo que não é obra de influências exteriores, como seja uma catástrofe natural, mas sim que é o resultado da intervenção humana nas condições de vida social e na natureza, ou seja, que têm uma origem social. Por outras palavras, o que diferencia os riscos atuais não é apenas a sua amplitude «já que os perigos que representam afectam potencialmente todos, ou um grande número de indivíduos, à superfície do globo. De igual importância, porém, é o contraste existente nas suas origens. A incerteza fabricada remete para os riscos criados pelo iluminismo – a intrusão constante na nossa própria história e as ingerências da natureza» (Giddens 1997, p. 67). Este conceito de incertezas e riscos fabricados foi igualmente tratado na obra conjunta de Ulrich Beck, Anthony Giddens e Scott Lash (2000). *Modernização Reflexiva. Política, Tradição e Estética na Ordem Social Moderna*. Oeiras, Celta Editora.

<sup>13</sup> Importa salientar que não nos referimos a um conceito genérico de consumidores, mas sim dos que protagonizam uma «procura expressa em nichos de mercado». Estes nichos associam-se essencialmente aos interesses das «novas elites globalizadas» constituídas por círculos de investigadores, gestores e técnicos de empresas multinacionais, funcionários e peritos de instituições supranacionais e de organizações não governamentais, de jornalistas, cientistas e outros «viajantes globais». A noção de elites globalizadas foi utilizada pelo Grupo de Lisboa (1994) para designar a constituição de uma nova classe, ou de uma classe reconstituída em novos moldes, de âmbito global (Costa et al., 2000).

A flora portuguesa caracteriza-se por uma considerável diversidade de espécies e ecossistemas. Consequentemente, as plantas da flora silvestre com valor alimentar e/ou aromático e medicinal distribuem-se praticamente por todo o território<sup>14</sup>, resultando da situação geográfica e climática privilegiada de Portugal. Os espaços onde vegetam estas espécies espontâneas com valor alimentar e medicinal variam desde os territórios do interior rural até às zonas húmidas do litoral, rias, sapais e lagunas. Estes últimos são ecossistemas onde se podem encontrar plantas espontâneas comestíveis tais como a salicórnia e a salgadeira entre muitas outras tal como se pode ler no trabalho de André Carapeto (2013), Levantamento Etnobotânico na Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António, editado pelo Município de Castro Marim.

Estudámos as plantas em três ecossistemas com características mediterrânicas: Alentejo, Algarve e concelho de Idanha-a-Nova (este último, embora sendo um território de transição, também apresenta características mediterrânicas, sobretudo na diversidade de espécies que aí vegetam). Familiarizámo-nos com os seus usos alimentares e medicinais nos concelhos de Alcácer do Sal, de Vendas Novas, de Idanha-a-Nova e em diversas localidades situadas no Barrocal Algarvio<sup>15</sup>, pertencentes aos concelhos de Alcoutim, Aljezur, Faro, Loulé, S. Brás de Alportel, Tavira, Castro-Marim e Vila Real de Santo António. Nestes últimos concelhos, para além das plantas do Barrocal existem, com particular interesse, as plantas que vegetam no sapal. Algumas espécies foram também observadas nas Serras do Caldeirão e de Monchique (concelho de Aljezur), bem como na Costa Vicentina e no Sudoeste Alentejano.<sup>16</sup> Mais a Norte,

---

<sup>14</sup> A este respeito veja-se a importante obra de André Carapeto, Paulo Pereira e Miguel Porto (2021). *Guia da Flora de Portugal*, recentemente editada pela Imprensa Nacional Casa da Moeda (INCM) e da Câmara Municipal de Lisboa, e que teve a coordenação científica da Sociedade Portuguesa de Botânica.

<sup>15</sup> Sobre a flora com valor alimentar e medicinal da região do Algarve, destaca-se o trabalho realizado, nas décadas de 70 e 80 do século passado, por D. J. Maberley e P. J. Placido (1993). *Algarve, Plants and Landscape. Passing Tradition and Ecological change*. Refira-se também, relativamente à mesma época, o trabalho de John e Madge Measures, *Portugal meridional- Gentes, tradições, fauna e flora*, publicado pela Associação IN LOCO em 1995. De qualquer forma, já no séc. XIX, João Baptista da Silva Lopes, na sua *Corografia ou Memória Económica, Estatística e Topográfica do Reino do Algarve*, descrevia diversas características e usos de espécies espontâneas do Algarve, com interesse económico. Desde plantas aromáticas e medicinais a outras com diferentes utilizações conferentes de um valor económico (casos exemplares os da aroeira, do zimbros, do almeirão, da diabelha, da escorcioneira e de tantas outras quase desconhecidas nos dias de hoje, ainda que partes integrantes da flora espontânea do Algarve). Mais recentemente, há que referir os estudos *Plantas Silvestres Comestíveis do Algarve*, da autoria de Anabela Romano e Sandra Gonçalves (2015), ou *Plantas do Algarve com interesse ornamental*, de Fernando Santos Pessoa, José Rosa Pinto e José Rocha Alexandre (2004).

<sup>16</sup> Sobre a flora do Alentejo com valor medicinal destaca-se a incontornável obra de José Salgueiro, *Ervas, Usos e Saberes. Plantas Medicinais no Alentejo e outros Produtos Naturais* (2004) e para o

observaram-se os ecossistemas da Beira Baixa, no concelho de Idanha-a-Nova, onde as fortes influências mediterrânicas, com as suas áreas de montado, favorecem o desenvolvimento de plantas adaptadas a ambientes de secura. Idanha-a-Nova caracteriza-se pela presença de granitos e por rochas mais antigas com xistos e grauvaques do Grupo das Beiras. Integrando o Parque Natural do Tejo Internacional, localiza-se na subprovincia Luso-Extremadurense, inserindo-se nos domínios climáticos de duas séries luso-extremadurenses, de acordo com a caracterização bioclimática: série da azinheira *Pyro bourgaeanae-Querceto rotundifoliae sigmetum* e série do sobreiro *Sanguisorbo agrimonioidis-Querceto suberis sigmetum*. Desta subprovincia são característicos ainda os medronhais, que correspondem a associações pré-climáticas *Phillyreo angustifoliae-Arbutetum unedonis*, os zambujais da *Asparago albi-Rhamnetum spiculosae* e os estevais da série da azinheira *Genisto hirsutae-Cistetum ladaniferi*. (Carvalhinho, 2004).

Quanto ao Alentejo, nos concelhos de Vendas Novas e de Alcácer do Sal o montado de sobreiro domina a paisagem, complementada por culturas agrícolas e áreas florestais de pinheiro-manso ou de eucalipto, em povoamentos puros ou consociados com sobreiro, espécies estas que têm vindo a adquirir relevância no sector florestal do concelho de Vendas Novas. O montado de sobreiro é um espaço de heranças culturais e fonte de rendimento múltiplos, sendo que o sobreiro (*Quercus suber*) é uma espécie que se desenvolve, principalmente, na zona mediterrânea com influência atlântica, do Sul da Europa e do Norte de África. No território português, é uma das espécies mais características da paisagem pela sua representatividade em termos de ocupação da área florestal, presença na cultura, memória geográfica e histórica e na riqueza económica e ambiental. Os seus principais povoamentos situam-se nas bacias a Norte e a Sul do Tejo e do Sado sendo possível, no entanto, encontrar esta espécie em quase todo o território a Sul de Portugal. Falar do sobreiro implica fazer referência ao montado do sobreiro, uma vez que, no nosso território, a maior parte dos sobreiros se insere neste tradicional sistema multifuncional. Como ilustrou Vieira Natividade (1939), «quando falamos em Portugal de cultura suberícola, a todos ocorre a imagem do montado alentejano, essa exploração complexa, única no mundo, que transforma a floresta em pomar e lhe associa outras atividades agrícolas – a cerealicultura e a pecuária – numa curiosa e feliz comunhão» (1939, p. 6).

Um das mais-valias ambientais desse sistema estável e multifuncional é a enorme diversidade biológica que contém, constituindo também uma barreira face

---

Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, o livro de Ana Luísa Simões e Ana Carla Cabrita, *200 Plantas do SW Alentejano & Costa Vicentina*, (2014).

às tendências desertificantes, que ocorrem numa parte importante das regiões mediterrânicas. A manutenção deste sistema de uso múltiplo agro-florestal e de preservação do sobreiro, como espécie de valor patrimonial, é de extrema relevância para a diversidade biológica e para a continuidade dos bens e serviços que se geram nos âmbitos florestal, industrial, cinegético e turístico, aspetos em que temos insistido continuamente e têm de ser considerados em todos os projetos agrícolas. Este contexto de arvoredos e recursos silvestres não arbóreos associados contém em si um potencial paisagístico, florístico, cultural e patrimonial assinalável. Espargos, túberas, cardos, acelgas e tantas outras plantas com menos visibilidade integram a biodiversidade e fazem parte da memória coletiva local, cuja preservação é necessária e pode constituir fator de atratividade destes territórios. Falamos do concelho de Alcácer do Sal, onde a singularidade da paisagem que complementa as várzeas verdejantes do cultivo do arroz com as pequenas colinas, cobertas pelo montado misto de sobreiro e pinheiro-manso que configura, segundo os especialistas, um ecossistema único da zona mediterrânica. Ou seja, há uma realidade paisagística única só existente na Península Ibérica onde predomina a consociação entre o montado misto de sobreiro e o pinhal manso.

Quanto ao Algarve Interior, embora de características mediterrânicas, a organização do espaço rural, visível na morfologia da paisagem, no Barrocal e nas Serras, é muito diferente da do Alentejo. Foram os árabes que deram continuidade e desenvolveram as produções agrícolas<sup>17</sup> mediterrânicas predominantes — como os cereais, o vinho, o azeite e as frutas —, empreendendo obras de regadio e abastecimento de águas que terão servido durante séculos para a agricultura, mas também para usos domésticos.

Quanto aos ecossistemas do Concelho de Idanha-a-Nova, sistema de transição do calcário para o Xisto, estes territórios com cultura e história idênticas aos demais países do Mediterrâneo onde terras de olival bordejando pequenas hortas, que torna singulares modos de vida, territórios, paisagens culturais e agrícolas. Próximo às habitações ou aos pontos de água, emergem na paisagem pequenas hortas e hortejos; nas zonas serranas, o sobreiro mais a Sul, os castanheiros a Norte. Em todo o território, a riqueza e diversidade das espécies autóctones bem como da flora espontânea e dos recursos cinegéticos, configuram e reforçam a identidade mediterrânica. Recuperar e conservar esta

---

<sup>17</sup> Como se sabe, o período de ocupação árabe trouxe extraordinários desenvolvimentos a nível agrícola, e não só, à região algarvia. Parte dos seus conhecimentos de optimização do aproveitamento dos solos dever-se-ia às características desérticas dos territórios d'onde provinham. A este respeito, Predrag Matvejevitch acrescenta que «a aridez do solo e a sede do deserto exigiram que todas as forças fossem consagradas à terra e à subsistência: não sobravam para a navegação e para a descoberta» (1994, p. 97).

preciosa biodiversidade é um dos desafios maiores do momento actual. Todavia, falar em sustentabilidade implica uma abordagem integrada, na qual as heranças do passado se imbricam na modernidade. Perceber quais são os fundamentos das tradições, tornou-se uma questão incontornável a integrar nas dinâmicas de desenvolvimento. Devido à natureza dos solos, ao relevo e às variações de clima, o Barrocal e a Serra Algarvia, embora com aptidões e ocupações distintas, tinham por vocação a policultura. Segundo Estanco Louro (1929), autor que se debruçou sobre a região, «o sistema cultural seguido por todos é o da policultura, em pequena cultura, empiricamente intensiva, no barrocal. Na serra, a cultura foi sempre extensiva, com excepção dos hortejos e, actualmente, com o guano, alguma rara leiva mais fértil» (p. 136). Já Romero Magalhães (1970) compara estes dois ecossistemas da seguinte forma:

“A serra está coberta com um manto bosquivo espontâneo de sobreiras, azinheiras e carvalhos, abrindo-se de onde em onde, num vale mais fértil, uma cultura cerealífera. Um talhão de horta, a pastorícia, completam o quadro das actividades dos habitantes. O acidentado relevo, a dificuldade de transportes implica uma moradia junto da terra. Pelo contrário, o barrocal e a planície da ourela do mar cobrem-se de uma «sorte de pomar de sequeiro» de oliveiras, figueiras, amendoeiras, alfarrobeiras, que se detém ao encontrar os primeiros xistos da Serra” (pp. 39-40).

A paisagem do Barrocal caracterizada pelos seus solos argilosos e barrentos originaram esta designação. Desprovido de água superficial e com raras manchas de solo entre os afloramentos rochosos, o que em conjunto com o clima ameno propicia os tão característicos pomares de sequeiro: amendoeiras, figueiras e alfarrobeiras. Encontram-se ainda outras formas de cultivo, como as culturas de regadio (produtos hortícolas e frutícolas), por vezes convivendo lado a lado no seio de uma mesma sub-região, como o regista Romero Magalhães (1970), assinalando as variações das culturas de acordo com a morfologia do território: «culturas de sequeiro e de regadio são, com efeito, dois aspectos distintos da paisagem agrária, um característico das áreas correspondentes aos planaltos e aos relevos, e o outro por sua vez típico das zonas aluvionais, mas um e outro aparecem lado a lado, até mesmo dentro de uma mesma propriedade ou de uma mesma fazenda»<sup>18</sup> (p. 47).

A Serra Algarvia — composta pela Serra de Espinhaço de Cão, Serra do Caldeirão e Serra do Monchique, sistemas orográficos bem demarcados — é, nas palavras de Suzanne Daveau (1995), «chuvosa e arborizada a oeste, no circunscrito maciço sienítico de Monchique (902 m), mas geralmente desnudada e de solos

---

<sup>18</sup> Ferro, Gaetano, *L'Algarve*, p. 135.

esqueléticos nas lombas infinitamente repetidas da xistosa Serra do Caldeirão» (p.120). Consequentemente, as discrepâncias na fertilidade e composición dos solos geram condicións para distintos ecosistemas e floras. A Serra do Caldeirão é composta principalmente por xistos e grauvaques, solos pobres, pouco profundos e impermeáveis por onde se escoa a quase totalidade da água da chuva, non ofrecendo por isso condicións favorables a unha práctica agrícola intensiva. A esteva e a súa fragrancia imprimen cor e odores à Serra, quase sempre desnuda, onde a cultura cerealífera e a pastoría de subsistencia foron a base das economías serranas e da vida das súas poboacións. A estas asociáronse tamén a exploración do sobreiral e de medronheiros. Rasgando a paisagem no fondo dos vales, a existencia de pequenos hortexos xunto das margens das ribeiras, compostos de algunhas árbores de froto e producións hortícolas diversas, compoñe o ecosistema de elección onde vegetan especies espontáneas con valor alimentar.

No caso da Serra de Monchique, os solos de sienito, máis profundos e permeables ás augas pluviais — aquí máis abundantes pola proximidade ao Océano Atlántico — propiciaron as condicións para a existencia de unha considerábel biodiversidade e evidencian unha paisagem luxuriante. O cultivo de pequenas hortas familiares contribuíu para a manutención de un ecosistema sinuar reconhecido polas súas características de biodiversidade. As hortinhas están dispostas en soccos encaixados nas encostas dos vales, enquanto castanheiros, sobreiros e azinheiras se desenvolven nos terrenos máis elevados. Enquanto os castanheiros son unha especie que, no Algarve, só existe na Serra de Monchique, já as especies que compoñen o sobreiral habitan sobretudo a Serra do Caldeirão.

Outros recursos que forman parte integrante dos ecosistemas do interior algarvio e que os identifican como mediterráneos son o medronho, a bolota, o mel, a castanha (só excepcionalmente existe en Monchique), a caza, os cogumelos e as ervas aromáticas. Quase todos son recursos silvestres, exceto a castanha e a bolota. Tamén a cortiça, a madeira e a lenha son recursos alimentares e paisagísticos utilizados para facer recipientes (cortiça e madeira) ou para combustible (lenha). Por todo o Barrocal resalta, ao primeiro olhar, a extraordinaria biodiversidade silvestre destes territorios nos recursos que ostenta, en plantas espontáneas comestíbeis e ervas aromáticas condimentares que definiron prácticas e ajudaron a moldar os modelos de cultura gastronómica. No entanto, en simultáneo con a revitalización das tradicións gastronómicas, que por veces utilizan estas especies aromáticas, observa-se o declínio desta biodiversidade con a introdución de culturas intensivas. Para além diso, moitas destas culturas usan especies exógenas que requiren grandes consumos de auga. As consecuencias desta situación teñen alertado as poboacións e os especialistas,

para os perigos que se levantam já no horizonte, pois sem água não haverá vida possível.

## CONCLUSÃO

As ervas silvestres alimentares, nas quais se consideram as plantas aromáticas e as medicinais, têm um importante papel na conservação dos ecossistemas e na manutenção da biodiversidade.

Muitas destas plantas da flora silvestre, com valor alimentar estão na base de tradições alimentares. Algumas ainda se mantêm, mas muitas outras práticas alimentares têm vindo a ser recuperadas, traduzindo-se por uma valorização das heranças antigas que é acompanhada por um novo olhar para a natureza, para a paisagem e para o território. Esta dinâmica de valorização dos recursos tem expressão nas cozinhas familiares e na restauração – inovando as tradições. Tudo isto contribui para abrir novos caminhos que fujam à estandarização dos padrões alimentares, para afirmar a necessidade de procura de práticas alimentares saudáveis, basicamente segundo os padrões da dieta mediterrânica, em que se observam a frugalidade, as tradições locais, os consumos sintonizados com a sazonalidade dos produtos.

A gestão dos solos é, por isso, um fator importante, que nos conduz a uma agricultura regenerativa que constitui o grande desafio da atualidade, para uma sustentabilidade integral, das sociedades e dos territórios, num tempo em que é inadiável proteger os ecossistemas. Para isso, cultura oral e erudita são indispensáveis à preservação das tradições e saberes das práticas culinárias, patrimónios que assentam nessa “passagem da natureza à cultura”, como disse Claude Lévi-Strauss.

## CONTRIBUIÇÕES DE AUTORIA

**María Manuel Valagão:** Conceptualización; Metodología; Investigación; Curación de datos; Análisis formal; Redacción – borrador original; Redacción – revisión y edición; Visualización.

## Referências

- Araújo, I. A. (2022). *Arquitetura Paisagista ou a «organização do espaço» nas paisagens, Volume I: Problemas de Economia, Arquitetura e Gestão das Paisagens Humanizadas*. Porto: Edições Afrontamento.
- Attali, J. (2019). *Histoires de l'alimentation. De quoi manger est-il le nom?* Paris: Fayard.
- Augé, M. (1992). *Non-lieux, introduction à une anthropologie de la surmodernité*. Paris: Éditions du Seuil.
- Barboff, M. (1997). *Terra-Mãe, Terra-Pão*. Seixal: Câmara Municipal do Seixal.
- Beck, U., Giddens, A. e Lash, S. (2000). *Modernização Reflexiva: Política, Tradição e Estética na Ordem Social Moderna*. Oeiras: Celta Editora.
- Carapeto, A. (2013). *Levantamento Etnobotânico na Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António*. Castro Marim: Câmara Municipal de Castro Marim.
- Carapeto, A., Pereira, P. e Porto, M., (2021). *Guia da Flora de Portugal*. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da Moeda (INCM)/Câmara Municipal de Lisboa.
- Carvalho, T. N. de (2013). *Clusius em Portugal: uma viagem, múltiplos encontros*. *Abriu – Estudos de Textualidade do Brasil, Galícia e Portugal*, 2: 39-55.
- Carvalhinho, J. N. M. (2004). *A flora e a vegetação dos habitats naturais do parque natural do Tejo internacional: Relatório final. (Vol. II)*. Castelo Branco: Parque Natural do Tejo Internacional.
- Coccia, E. (2019). *A Vida das Plantas: Uma Metafísica da Mistura*. Lisboa: Fundação Carmona e Costa/Documenta.
- Costa, A. F. da Mauritti, R., Martins, S. C., Machado, F. L. e Almeida, J. F. de (2000). *Classes Sociais na Europa. Sociologia, Problemas e Práticas*, 34: 9-43.
- Daveau, S. (1995). *Portugal Geográfico*. João Sá da Costa.
- Descola, P. (2015). *Par-delà nature et culture*. Paris: Gallimard.
- Ferreira, C. (1999). *Reencontros com o mundo rural: dos lazeres turísticos à fixação de «novos e velhos» residentes*. In C. Cavaco (coord.). *Desenvolvimento Rural – Desafio e Utopia*, Centro de Estudos Geográficos – Universidade de Lisboa, 313-318.
- Ferro, G. (1978). *L' Algarve, dopo due decenni*. *Finisterra*, 13(25), 35-42.
- Giddens, A. (1997). *Para Além da Esquerda e da Direita- O Futuro da Política Radical*. Oeiras: Celta Editora.
- Giddens, A. (2001). *Modernidade e Identidade Pessoal*. Oeiras: Celta Editora.
- Joaquim, G. e Moreira, R. (2006). *Itinerários turísticos. Passeando em torno do ambiente, do património e da gastronomia*. In M. M. Valagão (org.). *Tradição e Inovação Alimentar. Dos Recursos Silvestres aos Itinerários Turísticos*. Lisboa: Colibri/INIAP.
- Lopes, J. B. S. (1987) [1841]. *Corografia ou Memória Económica, Estatística e Topográfica do Reino do Algarve, Vol. I e II. Algarve em Foco*.
- Louro, E. (1929). *O Livro de Alportel: Monografia de Uma Freguesia Rural - Concelho*. Lisboa: Serviço de Publicidade Agrícola do Ministério da Agricultura.
- Mabberley, D. J. e Placito, P. J. (1993). *Algarve. Plants and Landscape. Passing Tradition and Ecological Change*. Oxford: Oxford University Press.
- Magalhães, J. A. R. (1970). *Para o Estudo do Algarve Económico Durante o Século XVI*. Lisboa: Cosmos.

- Maurizio, A. (2019) [1932]. *Histoire de l'Alimentation Végétal. Depuis la Préhistoire Jusqu'à nos Jours*. Paris: Ulmer (edição fac-similada).
- Measures, John e Madge (1995). *Portugal meridional- Gentes, tradições, fauna e flora*, Faro: Associação IN LOCO.
- Montagne, K. V. (2008). «L'imaginaire du manger bio». In «Ça ne mange pas de pain !» l'actualité de l'alimentation en question «On a bio dire, quel méli-mélo !», Mission Agrobiosciences, 9-10. Entrevista feita por Jacques Rochefort. [https://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/Integrale\\_CNMPM\\_mai\\_2008\\_le\\_Bio.pdf](https://www.agrobiosciences.org/IMG/pdf/Integrale_CNMPM_mai_2008_le_Bio.pdf)
- Natividade, J. V. (1939). Aspectos da cultura do sobreiro em Portugal. in boletim da Junta Nacional da Cortiça, vol. 3, pp 6-13.
- Pessoa, F. S. (2001). *Reflexões sobre Ecomuseologia*. Porto: Edições Afrontamento.
- Pessoa, F. S., Pinto, J. R. e Alexandre, J. R. (2004). *Plantas do Algarve com Interesse Ornamental*. Porto: Edições Afrontamento.
- Romano, A. E Gonçalves, S. (2015). *Plantas Silvestres Comestíveis do Algarve*. Faro: Universidade do Algarve.
- Salvador, M. (2016). *Arquitetura e Espaço culinário*. Lisboa: Caleidoscópio.
- Santamaria, S. (2008). *La cocina al desnudo. Una visión renovadora del mundo de la gastronomía*. Madrid: Temas de Hoy, S.A.
- Sendim, A. (2020). «E se vivêssemos na Idade do Ouro?». In E, *Revista do Jornal Expresso*, 29, fevereiro. Artigo da autoria de Alexandra Carita.
- Simões, A. L. e Cabrita, A. C. (2014). *200 Plantas do SW Alentejano & Costa Vicentina*, Odemira: Grupo de Estudos do Território de Odemira.
- Valagão, M. M. (2002). "The Reinvention of Food Traditions and New Uses of the Countryside". In A. Montanari (coord). *Food and Environment. Geographies of Taste*, Roma: Società Geográfica Italiana, 33-46.
- Valagão, M. M. (2015). "Mediterranean dietary tradition, lifestyles and health". In *Dimensions of Mediterranean Diet World Cultural Heritage*, 2nd ed. Faro: Universidade do Algarve, 294-305.
- Valagão, M. M. (2015). "Plantas silvestres, territórios y patrimonio identitário en el Mediterráneo". In R. Ávila e M. T. Meza (coord). *Biodiversidad, sostenibilidad y patrimonios alimentarios*. México: Col. Estudios del Hombre, Universidad de Guadalajara, 143-158.
- Valagão, M. M. (coord.), Ferreira, M. E., Passarinha, J. A. e Célio, V. (2022). *Alimentação, Natureza e Paisagem, Plantas Silvestres Alimentares, Aromáticas e Medicinais*. Lisboa: Tinta da China.
- Valagão, M. M. (org.) (2006). *Tradição e Inovação Alimentar. Dos Recursos Silvestres aos Itinerários Turísticos*. Lisboa: Colibri/INIAP.
- Valagão, M. M. (org.) (2009). *Natureza, Gastronomia & Lazer. Plantas Silvestres Alimentares e Ervas Aromáticas Condimentares*. Lisboa: Colibri.
- Vieira, J. N. (2007), "Árvores monumentais, matas emblemáticas e paisagens florestais características" in Sande Silva, J., (coord. ed.). *Liga para a Proteção da Natureza, Floresta Portuguesa – Imagem de tempos idos*, Lisboa, Público, Comunicação Social, S.A./Fundação Luso-Americana para o Desenvolvimento, pp. 151-174.