

PANC - A PRESERVAÇÃO DO CERRADO ATRAVÉS DO RESGATE DOS COSTUMES ALIMENTARES REGIONAIS

PANC- THE PRESERVATION OF THE CERRADO THROUGH THE RESCUE OF REGIONAL FOOD COSTUMES

Valquíria Dias Vaz de Araújo

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás, Luziânia, GO, Brasil. E-mail: uiriavaz@hotmail.com

Alcyr Alves Viana Neto

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Goiás, Luziânia, GO, Brasil. E-mail: alcyr.neto@ifg.edu.br

DOI: <https://doi.org/10.46550/ilustracao.v3i3.133>

Recebido em: 10.07.2022

Aceito em: 18.07.2022

Resumo: O presente artigo tem como objetivo fazer um levantamento, através de pesquisa bibliográfica, documental e descritiva acerca de como a produção e o consumo de plantas alimentícias não convencionais (PANC) pode ser uma maneira muito apropriada na busca da preservação do Cerrado brasileiro e da cultura brasileira através do resgate dos costumes alimentares regionais. O Brasil possui uma megabiodiversidade e condições naturais muito favoráveis à produção de PANC (nativas ou não) e que, além de fornecerem um alto valor nutricional, são plantas completamente adaptadas às suas respectivas regiões, exigindo assim um investimento muito menor em água e insumos agrícolas – o que resulta em uma alimentação mais saudável a um menor custo. Introduzir PANC no cardápio é uma maneira de resgatar e preservar a nossa cultura, valorizando e promovendo o que há de melhor em nosso país.

Palavras-chave: PANC. Preservação. Resgate histórico. Nutrição. Gastronomia.

Abstract: This article aims to survey, through bibliographic, documentary and descriptive research, about how the production and consumption of unconventional food plants (PANC) can be a very appropriate way in the search for the preservation of the Brazilian Cerrado and the Brazilian culture through the rescue of regional food customs. Brazil has megabiodiversity and natural conditions that are very favorable for the production of PANC (native or not) and which, in addition to providing a high nutritional value, are plants that are completely adapted to their respective regions, thus requiring much less investment in water and agricultural inputs. – which results in a healthier diet at a lower cost. Introducing PANC into the menu is a way of rescuing and preserving our culture, valuing and promoting what is best in our country.

Keywords: PANC. Preservation. Historical rescue. Nutrition. Gastronomy.



1 Introdução

O fenômeno da globalização provocou várias mudanças na forma de organização das instituições sociais existentes no mundo. Mudanças de ordem social, política e econômica que alteraram profundamente as formas de produção e consumo, inclusive com relação ao cultivo, produção e distribuição de alimentos e, conseqüentemente, aos hábitos alimentares em todo o mundo.

Com o capitalismo desenfreado que importam ao “desenvolver-se”, nossos países se encontram hoje à beira do deserto ecológico e do inferno explosivo da miséria das maiorias. Como se não bastasse, o servilismo mimético resultante ameaça nossas raízes históricas e culturais (DILGER; LANG; PEREIRA FILHO, 2016, p.13).

Cada povo possui elementos culturais que fazem parte da formação da sua própria identidade: o idioma, suas tradições, crenças, valores, vestimentas e a culinária. No Brasil, atualmente, uma alimentação uniforme e monótona é disponibilizada para o consumo da população nos mercados e feiras do país, em detrimento da nossa rica biodiversidade. A soja, a principal cultura do agronegócio brasileiro, bem como o milho, o arroz, o café, dentre outros produtos tão conhecidos da mesa brasileira, não são nativos e nem sempre adaptados ao solo e clima em que são produzidos. Por esse motivo, exigem um investimento muito alto na preparação do solo, irrigação e produção, o que poderia ser amenizado com a produção e consumo das PANC (plantas alimentícias não convencionais), democratizando o acesso a uma nutrição e sabores incomparáveis, ofertados pelos produtos que nascem espontaneamente nas periferias e quintais de todas as regiões do Brasil.

A agricultura brasileira (agronegócio) está baseada, segundo Kinupp e Lorenzi (2014), em recursos genéticos exóticos: cana-de-açúcar (da Nova Guiné), café (Etiópia), arroz (Filipinas), soja, laranja – e muitos outros Citrus (China), “batata inglesa” ou “batata portuguesa” (Região Andina), milho (México), cacau (México e América Central) – mas este provavelmente também da Amazônia brasileira; trigo (Ásia Menor). Para compreendermos melhor como a alimentação foi implementada no Brasil, 90% dos alimentos que conhecemos mundialmente vêm de apenas 20 espécies, isso mesmo, as mesmas descobertas por nossos antepassados do Neolítico, em diversas regiões onde a agricultura teve início e que foram incorporadas por quase todas as culturas existentes (KINUPP; LORENZI, 2014).

Dados apontam que a utilização de vegetais como base de fonte de alimentos humanos ao longo do tempo, tornou-se muito limitado, de maneira que 90% do alimento mundial incide em 20 espécies alimentícias. Nossa estrutura alimentar é composta basicamente por vegetais (arroz, feijão, trigo, milho, batatas, café, cana-de-açúcar) e os alimentos de origem animal que consumimos que também dependem da disponibilidade vegetal para serem produzidos (gramíneas e demais espécies utilizadas nas rações animais). Tem-se assim, uma monotonia alimentar, além da pobreza nutricional e gustativa (KINUPP, 2014, p.19), resultante da substituição da diversidade alimentícia disponibilizada pela flora brasileira por produtos alimentícios industrializados e ultraprocessados.

Nesse processo de perda da diversidade alimentar, ampliam-se também as perdas dos costumes e culturas tradicionais, desde o plantio até a colheita, bem como dos modos de

preparar os alimentos, ferindo-se assim o direito que todo o cidadão tem à segurança alimentar e nutricional.

A monocultura vem invadindo também o bioma do Cerrado, principalmente com plantações de milho, algodão, cana-de-açúcar e, principalmente soja, presentes hoje em grandes áreas que visam o abastecimento nacional e internacional. O problema é que a monocultura, além da destruição gigantesca do Cerrado, ainda causa a contaminação de nascentes, rios e lençóis freáticos.

A grande questão que mantemos em foco é: O que de fato determina as nossas escolhas alimentares? O que nos impulsiona no momento de realizarmos nossas escolhas no que diz respeito à nutrição e aos sabores?

Há uma grande necessidade de realizar escolhas conscientes sobre a maneira como produzir e consumir os alimentos observando também o impacto ambiental provocado por estas escolhas. As formas de produção e consumo também envolvem as questões alimentares, tão profundamente ou até mais do que em outros aspectos ou produtos destinados ao consumo humano.

Através de pesquisa bibliográfica, documental e descritiva, propõe-se neste artigo, compreender e evidenciar o cenário de produção e consumo de PANC no Cerrado brasileiro.

2 A importância do cerrado no Brasil e o impacto ambiental decorrente de sua utilização e manejo

Figura 1 - Mapa Bioma do Cerrado



Fonte: <https://www.embrapa.br/contando-ciencia/bioma-cerrado>.

O Cerrado brasileiro apresenta um bioma de elevada riqueza natural que carece de urgente conservação, sendo considerado um verdadeiro “hotspots”, (representam as áreas naturais do planeta Terra que possuem uma grande diversidade ecológica e que estão em risco de extinção), pois a megabiodiversidade do Cerrado encontra-se ameaçada de extinção e passa por um processo de acentuada degradação. Apesar disso, ainda é muito importante para a conservação da biodiversidade mundial (KLINK; MACHADO, 2005). No entanto, apesar do seu valor, pouco tem sido feito no sentido de sua preservação efetivamente:

O Cerrado possui a mais rica flora dentre as savanas do mundo (>7.000 espécies), com alto nível de endemismo. A riqueza de espécies de aves, peixes, répteis, anfíbios e insetos é igualmente grande, embora a riqueza de mamíferos seja relativamente pequena. As taxas de desmatamento no Cerrado têm sido historicamente superiores às da floresta Amazônica e o esforço de conservação do bioma é muito inferior ao da Amazônia: apenas 2,2% da área do Cerrado se encontra legalmente protegida (KLINK; MACHADO, 2005, p. 147).

É considerado o segundo maior bioma do país, superado apenas pela Amazônia. Ocupa 21% do território nacional. O Cerrado precisa ser estudado e conhecido para que a sociedade perceba a sua grandiosidade e relevância. Suas árvores retorcidas escondem uma riqueza incalculável no tocante à fauna e à flora, além dos seus importantes aquíferos.

Os dados abaixo representam a importância da preservação do bioma do Cerrado:

Quadro 1 – Características do bioma cerrado.

CAPACIDADE HÍDRICA	
É considerado o berço dos grandes rios brasileiros, pai das águas do Brasil 78% das águas da bacia do Araguaia/Tocantins, 48% das águas da bacia do Rio Paraná, têm origem no bioma Cerrado, 70% das águas da bacia do Rio São Francisco. BambuÍ, Urucuaia e Guarani Aquíferos subterrâneos alimentados por águas infiltradas no Cerrado, mais de 2 milhões de quilômetros quadrados (km ²) quase 24% do território nacional.	
POPULAÇÃO NO BIOMA CERRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • Número aproximado 46 milhões de habitantes. 	
FAUNA E FLORA DO ECOSISTEMA CERRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • 320 mil é o número estimado de espécies de seres vivos, • 160 mil é o nº estimado de espécies de vírus • 12 mil espécies de plantas (árvores, arbustos, ervas e trepadeiras) • 251 espécies de mamíferos • 856 espécies de aves • 262 espécies de répteis • 209 espécies de anfíbios • 800 espécies de peixes • 90 mil espécies de insetos • 40 mil espécies de fungos 	
PRESERVAÇÃO DO ECOSISTEMA CERRADO	
<ul style="list-style-type: none"> • Somente 8,3% do território é protegido • 266 espécies da fauna ameaçadas de extinção • 637 espécies da flora ameaçadas de extinção • 50% da área do bioma desmatada 	

Fonte: (EMBRAPA, 2021, ON-LINE, N.P.)

É possível exercer uma economia sustentável e um extrativismo consciente no meio ambiente, considerando-se a diversidade de frutos e plantas alimentícias não convencionais nativas, além de outras que se adaptaram bem ao Cerrado, que poderiam ser mais valorizadas por

meio de políticas públicas, pela sociedade e pelos profissionais de gastronomia, que poderiam promover sua inserção e resgate em nossa cozinha regional. Sem contar que os ingredientes nativos são mais resistentes às pragas e não necessitam de agrotóxicos. Dessa forma, observa-se um grande benefício para a saúde e para o meio ambiente, pois não haveria a contaminação do solo, rios e córregos.

Tabela 1 - Número de queimadas por biomas.

Número de queimadas por bioma

Dados são referentes ao período de 1º de janeiro a 9 de setembro.

	Focos 2018	Focos 2019
Amazônia	36 509	53 023
Cerrado	24 098	34 839
Mata Atlântica	7 542	10 434
Caatinga	3 201	3 883
Pantanal	914	2 906
Pampa	636	1 054

Fonte: Programa Queimadas/Inpe

Conforme os dados apresentados na tabela 1, pode-se observar também que os registros de focos de incêndio, apontam que houve não apenas o aumento no número de incêndios, como também um número maior do que os registrados na Amazônia, levando em consideração o tamanho de ambos.

De acordo com o pesquisador Carlos Nobre, climatologista, membro da Academia Brasileira de Ciências e ex-pesquisador do Instituto Nacional de Pesquisas Espaciais (Inpe), há uma dinâmica no Cerrado. O Bioma é adaptado ao fogo, mas não quando ele é aplicado em tamanha proporção pelos humanos. Existem árvores resistentes, mas não tão fortes a ponto de viver em um cenário tomado pelas queimadas. Ao queimar as árvores, elimina-se todo um ecossistema existente.

Para Strassburg *et al.* (2017), seria possível reverter até 83% do quadro de extinção prevista, já que as áreas menos degradadas que não foram desmatadas há muito tempo conseguem se regenerar, até por causa das raízes profundas, e porque têm um banco de sementes. O Cerrado tem um poder de regeneração fantástico, mas não ilimitado. Ele resiste aos períodos de seca e às queimadas, mas não à devastação desenfreada causada pelo sistema agropecuário desenvolvido. Em relação às áreas desmatadas há mais tempo, faz-se necessário um esforço maior. Segundo os autores, existem muitas áreas que são desmatadas desnecessariamente. As áreas utilizadas poderiam ser otimizadas, por um manejo mais eficiente, principalmente na criação de bovinos. Uma importante pergunta que precisa ser feita é: quanto tempo ainda temos para as mudanças e ações necessárias no intuito de reverter a situação? Os números envolvidos na questão apontam a necessidade de providências urgentes.

3 O resgate histórico-cultural através do consumo de PANC

O Brasil é um país de proporções continentais, dividido em regiões muito ricas em sua biodiversidade e onde a cultura recebeu a contribuição dos diversos povos que participaram do processo de colonização: indígenas, negros, europeus, asiáticos e outros mais. Dentre os diversos aspectos culturais herdados, a culinária sempre foi um traço muito marcante na cultura brasileira. A mandioca, um dos alimentos típicos de nossa terra, ainda é um alimento consumido e conhecido em todas as regiões do Brasil até os dias de hoje. Mas a correria da vida urbana provocou grandes modificações nos hábitos e costumes alimentares. Muitos alimentos deixaram de ser consumidos ao longo do tempo.

No entanto, existem muitos outros alimentos nutritivos e saborosos, que eram apreciados e faziam parte das refeições familiares, mas que foram, aos poucos, sendo esquecidos ou desvalorizados. Entre as principais razões do abandono gradual desses alimentos está o fato de as pessoas terem migrado para as cidades grandes, passando a consumir uma quantidade maior de alimentos industrializados (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002, p. 9).

Além das perdas dos hábitos de consumo de diversos produtos, muitos vegetais produzidos pelos nossos biomas nunca foram de fato explorados. A sociedade deixou de utilizar muitos sabores, cores e nutrientes pelo desuso e pelo desconhecimento. Faz-se necessário um resgate em primeiro lugar, do interesse pelo conhecimento de novas possibilidades, como também da utilização de alimentos que já fizeram parte do nosso cotidiano. Hoje, pode-se encontrar vários grupos preocupados com essas questões: a permacultura, o plantio de agroflorestas, o cultivo de sementes crioulas, produtos orgânicos, dentre outros movimentos pertinentes à área de estudos da agroecologia. Pode-se perceber também o crescimento do número de simpatizantes do uso e cultivo de PANC como uma ótima opção para o resgate dos costumes alimentares abandonados através do tempo.

4 Composição química, valores nutricionais e possibilidades gastronômicas das PANC

O interesse por produtos elaborados a partir de plantas naturais nativas vem aumentando paulatinamente em diferentes segmentos da sociedade tais como: produtores rurais, universidades, instituições voltadas para a pesquisa, indústrias de variados ramos, comerciantes, consumidores comuns, etc. Portanto, verifica-se a existência de um mercado potencial e emergente, tanto interna quanto externamente para estes vegetais. Há interesse industrial e governamental em associar o avanço tecnológico a partir de medicamentos derivados do conhecimento popular, com o intuito voltado a uma política de assistência à saúde, e os estudos etnofarmacológicos têm contribuído para planos de conservação e manejo de ecossistemas (FRANÇA *et al.*, 2008).

No entanto, este crescimento ainda se faz de maneira muito lenta. E uma das causas desta lentidão é o desconhecimento de suas propriedades. Com o objetivo de compartilhar as possibilidades gastronômicas, (crendo que a gastronomia é uma das maneiras muito eficazes de possibilitar a sua popularização), e os aspectos nutricionais, realizamos uma pesquisa em vários artigos publicados em diversas universidades do Brasil e até mesmo publicados no exterior.

Assim, apresentamos neste trabalho as características, possibilidades nutricionais e gastronômicas de dez PANC, como uma maneira de informar, inspirar e incentivar o seu uso:

4.1 Baru



Fonte: <https://matonoprato.com.br/2019/07/16/baru/>. Acesso em 17\05\2022

- Nome científico: *Dipteryx alata*.
- Nomes populares: Cumbaru, coco-pereba, coco-barata, baru, barujo, bugueiro, cambaru, castanha-de-bugre, castanha-de-burro, coco-feijão, cumari, cumaru, cumarurana, cumbaru, feijão-baru, feijão-coco, imburana-brava e pau-cumaru.
- Características: O baru é nativo do Cerrado brasileiro e sua árvore pode atingir até 25 m. O baru é uma espécie heliófila, intolerante a baixas temperaturas.
- Possibilidades Gastronômicas: mousse, crumble, misturado em farinha para bolos e pães, em pestos, molhos salgados e sorvetes. (VIANA NETO, 2021; 2022)
- Aspectos nutricionais: Ácidos graxos, Cálcio, Fósforo, Magnésio, Ferro

Fontes:

E.J.Borges (2004) – Baru: a Castanha do Cerrado UNB. <http://jbb.ibict.br/handle/1/1093>. Acesso em 07 mar. 2022.

Viana Neto, 2021; 2022. <https://www.locus.ufv.br/handle/123456789/4459> Acesso em 21 mar 2022.

4.2 Jatobá



Fonte: <https://www.cerratinga.org.br/especies/jatoba/> Acesso em 19\05\22

- Nome científico: *Hymenaea courbaril* L.
- Nomes populares: jataí-do-ampo, jataí-de-piauí, jatobá, jatobá-capão, jatobá-de-caatinga, jatobá-do-cerrado, jatobá-da-serra, jatobá-de-casca-fina, jatobeira, jitaé, jutaé, jutaí, jutaica.
- Características: é uma árvore da família das fabáceas. É a espécie arbórea dominante

na floresta estacional semidecidual submontana. A espécie pode alcançar 40 metros de altura e 2 metros de diâmetro, embora uma árvore tenha atingido 95 metros na Amazônia. O jatobá é nativo dos trópicos americanos e é encontrado nas Índias Ocidentais e nas Américas Central e do Sul, do México até o Brasil, onde é comum na Mata Atlântica, Amazônia, Cerrado e Pantanal.

- Possibilidades gastronômicas: onde os frutos podem ser consumidos *in natura*. O chá da casca pode ser bebido com leite, substituindo o café. Da farinha podem-se fazer pães, bolos, pudins, farofas, bebidas (inclusive as fermentadas e alcoólicas), cremes, sorvetes, bolos, pudins, cookie e doces diversos.
- Aspectos nutricionais encontrados na polpa do jatobá-do-cerrado *in natura*: proteínas, lipídeos, glicídios, calorias e fibras.

Fonte: K. de O. Cohen (2010) Embrapa. <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/79551/1/doc-280.pdf> Acesso em 22 mar 2022. Kinupp e Lorenzi (2021), p.404.

4.3 Ora-pro-nóbis



Fonte: https://www.conquistesuavida.com.br/noticia/para-que-serve-a-planta-ora-pro-nobis-5-beneficios-dessa-hortalica_a11662/1. Acesso em 19/05/22.

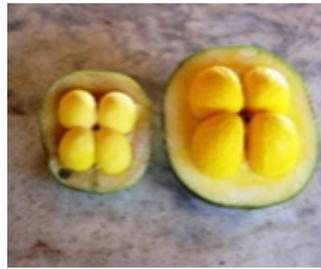
- Nome científico: *Pereskia aculeata*.
- Nomes populares: Pereskia, groselheira das Antilhas, groselha da maérica, lobrobó, trepadeira-limão, carne-de-pobre.
- Características: a *Pereskia aculeata* Miller (*P. aculeata*), conhecida no Brasil como Ora-Pro-Nóbis (OPN), pertence à família das cactáceas e se distribui desde o Sul do Brasil até o Sudeste dos Estados Unidos. É uma planta bastante resistente a déficit hídrico e possui grande potencial de utilização como complemento alimentar de populações carentes do Brasil e de outras partes do mundo (BRASIL, 2010; TAKEITI *et al.*, 2009).
- Possibilidades gastronômicas: sucos, para incorporar a massas de pães, bolos, panquecas, massas artesanais de macarrão, saladas e crispes (VIANA NETO, 2021a)
- Aspectos nutricionais: proteínas, lipídios, carboidratos, fibras, sódio, potássio, magnésio, cálcio, manganês, ferro, zinco, cobre e fósforo.

Fonte:

Botrel, N *et al.* (2020). Valor nutricional de hortaliças folhosas não convencionais cultivadas no Bioma Cerrado Braz. J. Food Technol., Campinas, v. 23, e2018174, 2020. <https://www.scielo.br/j/bjft/a/JjvCDWhsFpnXnytvpwdGXCY/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 07 mar 2022.

Viana Neto (2021a).

4.4 Pequi



Fonte: <https://www.coisasdaroca.com/alimentos/pequi.html>. Acesso em 19/05/22

- Nome científico: *Caryocar brasiliense*.
- Nomes populares: Pequi (MG, SP); piqui (MT); piquiá-bravo; amêndoa-de-espinho, grão pequiá; pequiá-pedra; pequerim; suari; piquiá.
- Características: é um fruto típico do Cerrado, cuja nomenclatura vem do Tupi e significa “pele espinhenta”. O pequizeiro é uma árvore de copa frondosa que pode chegar a 12 metros de altura. Suas folhas são grandes, cada uma composta por três grandes folíolos, cobertos por uma penugem. O nome pequi significa “pele espinhenta” e se deve à característica do seu caroço, que é cheio de espinhos. Ele é um fruto do tamanho de uma maçã com a casca verde, mas no seu interior há uma semente revestida por uma polpa amarela e macia, que é a parte comestível desse alimento.
- Possibilidades gastronômicas: doces, molhos salgados, aromatizante de pratos salgados e doces. (VIANA NETO, 2022). Cozido no arroz, refogado ou acompanhando outros pratos como o frango caipira no molho, na galinhada, maionese de pequi, petit gateau de pequi (salgado), em molhos diversos e conservas.
- Composição nutricional *in natura*: proteínas, lipídeos, betacarotenos, vitamina C, fenólicos, antioxidantes, carboidratos e fibras.
- Composição do óleo Segundo Facioli e Gonçalves (1998), a composição em ácidos graxos do óleo da polpa e da amêndoa do pequi são constituídos, na sua maior concentração, por ácido oléico (53,9%) e ácido palmítico (40,2%) e, em menor concentração, pelos ácidos esteárico (2,3%), palmitoléico (1,4%), linoléico (1,5%) e linolênico (0,7%). Antunes et al. (2006) relatam que existe aproximadamente 50% de óleo na amêndoa do pequi que pode ser utilizada para a produção de biodiesel. Este óleo apresenta elevado teor de ácidos graxos saturados (42%), derivido à presença dos ácidos mirístico (0,4%), palmítico (37,5%), esteárico (3,0%), araquídico (0,4%), behênico (0,3%) e lignocérico (0,4%). Outros ácidos graxos presentes são o palmitoléico (0,8%), oléico (49,7%), vacênico (0,2%), linoléico (7,0%), linolênico (0,1%) e gadoléico (0,2%).

Fonte:

J.G.da Paz *et al.*(2014) - www.linkania.org – p. 73-159.

S.P. de Almeida e J.A. da Silva (2008) – Embrapa Ceará - <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/426706/1/Dc113.pdf> Acesso em 07 mar 2022. <https://www.infoteca.cnptia.embrapa.br/bitstream/doc/277417/1/DOC177.pdf>. Acesso em 21 mar 2022.

Viana Neto (2022).

4.5 Taioba



Fonte: <https://saberhortifruiti.com.br/taioba-inclua-o-vegetal-na-alimentacao/>. Acesso em 19\05\22.

- Nome científico: *Xanthosoma sagittifolium*.
- Nomes populares: orelha-de-elefante, macabo, mangará, mangará-mirim, mangareto, mangarito, taioba, taiova, taiá ou yautia.
- Características: é uma monocotiledônea herbácea, tropical, perene, rizomatosa, que pode atingir até dois metros de altura. Possui como características grandes folhas cordiformes encontradas em tons de verde e roxo escuro, com enormes limbos cerosos e carnosos e com nervuras marcantes.
- Possibilidades gastronômicas: refogadas, em massa de pães e macarrão artesanal, como folha em preparação de sushi e em maionese. (VIANA NETO, 2022). Talos caramelizados e em outras receitas.
- Composição nutricional encontrada em base úmida: proteínas, lipídeos, carboidratos, fibras, sódio, potássio, magnésio, ferro, zinco, cobre, fósforo

Fonte:

Botrel, N *et al.* (2020). Valor nutricional de hortaliças folhosas não convencionais cultivadas no Bioma Cerrado Braz. J. Food Technol., Campinas, v. 23, e2018174, 2020 <https://www.scielo.br/j/bjft/a/JjvCDWhsFpnXnytvPwGXCy/?lang=pt&format=pdf> Acesso em 07 mar 2022.

Viana Neto 2022.

5 Considerações finais

A importância de preservar o bioma Cerrado é indiscutível, dada a diversidade e riqueza que encontramos na fauna, flora, e em seus preciosos aquíferos que abastecem boa parte do território do nosso país. A multiplicidade do território geográfico e cultural nos impulsiona a pesquisar, refletir e questionar as razões que nos impelem a produzir e consumir da maneira como o fazemos. A devastação já alcançou níveis tão alarmantes que faz-se urgente buscar alternativas para reduzir o impacto ambiental provocado pelo agronegócio e recuperar o que ainda não se extinguiu pelo mau uso.

É possível promover estas ações de preservação concomitantemente com o resgate histórico-cultural através do consumo de PANC.

Apresentamos neste artigo uma pequena mas significativa amostra dos valores nutricionais encontrados em pesquisas científicas já realizadas bem como de diversas possibilidades

gastronômicas exploradas no consumo de PANC.

Investir em mais pesquisas sobre as propriedades nutricionais, medicinais e também como matéria-prima para diversas áreas da indústria através do avanço na produção de vegetais próprios do Cerrado, resultará em um resgate ambiental e ao mesmo tempo fortalecerá a economia e a cultura regional, tão desgastadas pelos hábitos impostos pela sociedade moderna. Mais do que uma questão de segurança alimentar e ambiental, é uma forma de alcançar o fortalecimento da nossa identidade como povo.

Referências

EMBRAPA. **Bioma Cerrado**. 2021. Disponível em: <https://www.embrapa.br/contando-ciencia/bioma-cerrado->. Acesso em: 21 maio 2021.

KINUPP, V. F; LORENZI, H. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) no Brasil**: guia de identificação, aspectos nutricionais e receitas ilustradas. São Paulo-SP: Instituto Plantarum de Estudos da Flora, 2014.

KLINK, C.A.; MACHADO, R.B. A conservação do Cerrado brasileiro. **Megadiversidade**, vol. 1, n. 1, jul. 2005, p. 147-155. Disponível em: https://www.agencia.cnptia.embrapa.br/recursos/Texto_Adicional_ConservacaoID-xNOKMLsupY.pdf. Acesso em: 10 maio 2021.

STRASSBURG et al, **Momento da Verdade para o Hotspot do Cerrado**, published: 23 march 2017 | volume: 1 | article number: 0099, (2017) https://www.iis-rio.org/wp-content/uploads/2019/10/Moment_of_truth_for_the_Cerrado_Hotspot_1.pdf Acesso em 28 mar 2022.

VIANA NETO, A. A. **Gastronomia Vegana para eventos**. Goiânia: Edição do autor, 2021. Esse aqui é um e-book: ISBN: 978-65-00-36446-0.

VIANA NETO, A.A. **PANC na Cozinha Vegana**. Editora Buqui 2021.

VIANA NETO, A. A. Entrevista realizada em 20 de maio de 2022. Entrevistadora: Valquíria Dias Vaz de Araújo, Entrevista concedida para a pesquisa sobre **as possibilidades gastronômicas de PANC**.