



Ervas Aromáticas



Ervas Aromáticas

As plantas aromáticas são utilizadas, desde os tempos mais remotos, na medicina, na preservação e na condimentação de alimentos e em cerimônias religiosas. Elas possuem alto conteúdo de óleos essenciais, voláteis e aromáticos.

O comércio de especiarias como a pimenta do reino, uma fruta aromática seca, impulsionou as grandes viagens marítimas, que levou à descoberta do Brasil. As frutas aromáticas secas são conhecidas como especiarias.

O canteiro de ervas aromáticas foi a farmácia das famílias até o início do século XX. As ervas aromáticas medicinais ainda são a matéria prima de muitos medicamentos utilizados na medicina moderna.

Vamos tratar aqui das ervas aromáticas mais comuns utilizadas na culinária. Elas são utilizadas em pequenas quantidades, acrescentando ao alimento os seus sabores e odores característicos.

A sua diversidade é muito grande e a sua diferenciação visual é difícil. Tentamos acertar algumas discrepâncias, encontradas na literatura, nas denominações da espécie e família botânica.

A caracterização visual de dezoito ervas aromáticas utilizadas como condimento, a sua família botânica, o seu grupo aromático e a sua utilização culinária são a nossa contribuição para uma alimentação mais prazerosa e saudável.

Na página de cada erva aromática estão a sua imagem em fotos e desenhos, o seu nome comum, nome científico, família botânica, grupo aromático, o tempo e a temperatura necessários para a sua desidratação em forno convencional e a sua melhor utilização culinária.

Ilustrações: Bertoldo Borges Filho

Fotos: Lilian Uyema Mateus

Edição: Lisandro Michel Barreiros

CEAGESP – Companhia de Entrepósitos e Armazéns Gerais de São Paulo

CQP&D – Centro de Qualidade, Pesquisa e Desenvolvimento

Ervas Aromáticas. São Paulo: v.1, n.1, 2018, 24p.

CEAGESP – Companhia de Entrepósitos e Armazéns Gerais de São Paulo

CQP&D – Centro de Qualidade, Pesquisa e Desenvolvimento

Fones: (11) 3643.3827 / 3643.3825

Email: cqh@ceagesp.gov.br







































































































Índice

	Alho-Poró	6
	Cebolete	7
	Cebolinha	8
	Nirá	9
	Coentro	10
	Endro	11
	Erva-Doce	12
	Salsa	13
	Salsão	14
	Estragão	15
	Alecrim	16
	Hortelã	17
	Manjericão	18
	Manjerona	19
	Orégano	20
	Sálvia	21
	Tomilho	22
	Louro	23

 *Amaryllidaceae*
 *Apiaceae*
 *Asteraceae*
 *Lamiaceae*
 *Lauraceae*

*As ervas aromáticas estão agrupadas por família botânica.

Uso culinário

	Aves	           
	Caprinos	 
	Carnes	          
	Chás	 
	Cogumelos	  
	Cozidos	 
	Molhos	        
	Pães	
	Patês	 
	Peixes	       
	Pizzas	  
	Pratos típicos	 
	Queijos	  
	Saladas	          
	Sopas	     
	Suínos	    
	Tortas	  

Grupos Aromáticos

As ervas aromáticas, aqui retratadas, foram organizadas em seis grupos aromáticos, segundo a sua composição química.

A	Cineol, Linalol, Cânfora e 4-Terpinenol
B	Organossulfurados Dialílicos
C	α -Pineno, Carvona, Limoneno, Linalol e Miristicina
D	Cariofileno, Timol e Terpineno
E	Estragol e Anetol
F	Mentil Acetato

As dezoito ervas aromáticas pertencem às famílias botânicas *Amaryllidaceae*, *Apiaceae*, *Asteraceae*, *Lamiaceae*, *Lauraceae*, ricas em óleos aromáticos. Algumas ervas aromáticas contém mais de um grupo aromático.

As ervas de uma mesma família botânica podem apresentar grupos aromáticos comuns, como é o caso do Grupo B na família botânica *Amaryllidaceae*: Alho-Poró, Ceboleto, Cebolinha e Nirá.

É possível utilizar as ervas aromáticas por maior tempo, desidratando-as. A desidratação é um processo simples e pode ser feita num forno convencional. O tempo de secagem de cada erva aromática foi determinado.

A qualidade do produto final foi comparada ao produto desidratado em estufa, de acordo com a metodologia oficial. Foram avaliados a textura, o aroma, o teor de umidade e a durabilidade de cada produto, preparado em estufa e no forno convencional. A temperatura e a secagem deverão ser monitoradas para evitar queima ou secagem excessiva.

Uma amostra de 50 gramas de cada erva foi distribuída em uma forma de metal forrada com papel toalha e aquecida em forno convencional entreaberto e a temperatura monitorada com termômetro. Ela foi retirada do forno quando começou a ficar quebradiça. Cada erva aromática tem o seu tempo e temperatura de secagem mais adequados.

A metodologia de desidratação de cada erva aromática poderá ser obtida no link: www.hortibrasil.org.br/ervas

‘Nenhum alimento ou bebida, mesmo muito saudável, promoverá benefícios se não for palatável e portanto não consumido. Os consumidores têm nos dito, alto e claro, que o sabor determina o prazer no consumo.’

Alho-Poró



Alho-Poró

Allium porrum L.



Amaryllidaceae



Grupo Aromático



93°C



89 min

Secagem



Saladas



Sopas



Tortas



Cebotele



Cebotele

Allium schoenoprasum L.



Amaryllidaceae



Grupo Aromático



110°C



42 min

Secagem



Aves



Carnes



Molhos



Patês



Saladas



Sopas



Cebolinha



Cebolinha

Allium fistulosum L.



Amaryllidaceae



Grupo Aromático



130°C



59 min

Secagem



Aves Carnes Cogumelos Molhos Patês Peixes Saladas Sopas Suínos





Nirá

Allium tuberosum L.



Amaryllidaceae



Grupo Aromático



96°C



30 min

Secagem



Pratos típicos



Obs: Pratos típicos: asiático, do oriente médio, mexicano e nordestino.



Coentro

Coriandrum sativum L.



Apiaceae



Grupo Aromático



90°C



29 min

Secagem



Aves



Carnes



Cogumelos



Peixes



Pratos típicos



Saladas



Endro



Endro

Anethum graveolens L.



Apiaceae



Grupo Aromático

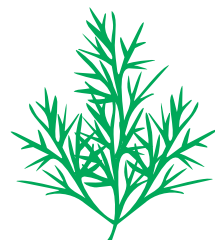


120°C



64 min

Secagem



Carnes



Peixes



Saladas



Erva Doce



Erva Doce

Foeniculum vulgare Mill.



Apiaceae



Grupo Aromático

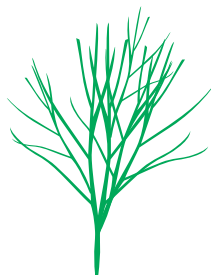


120°C



64 min

Secagem



Chás



Pães



Peixes



Saladas



Suínos





Salsa

Petroselinum sativum L.



Apiaceae



Grupo Aromático

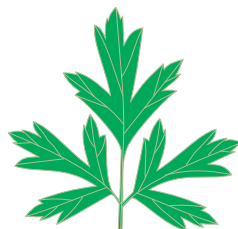


100°C



60 min

Secagem



Aves



Carnes



Cogumelos



Peixes



Sopas



Suínos





Salsão

Apium graveolens L.



Apiaceae



Grupo Aromático

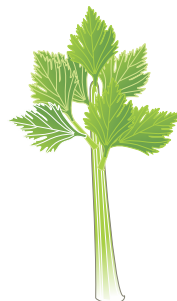


98°C



25 min

Secagem



Aves



Carnes



Peixes



Saladas



Tortas



Estragão



Estragão

Artemisia dracunculus L.



Asteraceae



Grupo Aromático



96°C



40 min

Secagem



Aves



Molhos



Saladas





Alecrim

Rosmarinus officinalis L.



Lamiaceae



Grupo Aromático



150°C



47 min

Secagem



Aves



Caprinos



Carnes



Suínos





Hortelã

Mentha L.



Lamiaceae



Grupo Aromático

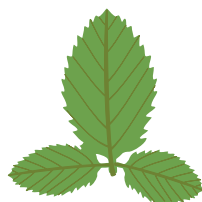


120°C



38 min

Secagem



Caprinos



Chás



Molhos



Queijos



Saladas



Sopas





Manjeriçao

Ocimum purpuraceum L.



Lamiaceae



Grupo Aromático



124°C



33 min

Secagem

Manjeriçao Roxo

Ocimum basilicum L.



Aves



Carnes



Molhos



Peixes



Pizzas



Saladas



Manjerona



Manjerona

Origanum majorana L.



Lamiaceae



Grupo Aromático

 136°C  30 min
Secagem



Aves



Carnes



Molhos



Peixes



Pizzas



Saladas



Orégano



Orégano

Origanum vulgare L.



Lamiaceae



Grupo Aromático



120°C



35 min

Secagem



Aves



Carnes



Molhos



Pizzas



Queijos



Sálvia



Sálvia

Salvia officinalis L.



Lamiaceae



Grupo Aromático

100°C 45 min
Secagem



Aves



Carnes



Queijos



Suínos



Tortas



Tomilho



Tomilho

Thymus vulgaris L.



Lamiaceae



Grupo Aromático



78°C



26 min

Secagem



Aves

Cozidos

Molhos





Louro

Laurus nobilis L.



Lauraceae



Grupo Aromático



107°C



64 min

Secagem



Cozidos



Molhos



Sopas



Patrocínio



ASSOCIAÇÃO
BRASILEIRA
DE AUTOMAÇÃO



Realização

