

A História da erva-mate e do chimarrão

Texto original: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Erva-mate>

Ampliação e ilustração: Iran Carlos Stalliviere Corrêa-IG/UFRGS

A **erva-mate**, conhecida cientificamente como *Ilex paraguariensis*, é uma árvore da família das aquifoliáceas, originário da região subtropical da América do Sul, encontra-se presente no sul do Brasil, no Mato Grosso do Sul, norte da Argentina, Paraguai e Uruguai. Os indígenas das nações Guaraní e Quíchua tinham o hábito de beber infusões com as folhas da **erva-mate**. Hoje em dia este hábito continua popular nestas regiões, consumido como chá quente ou gelado (muito popular na região sudeste do Brasil), ou como **chimarrão** no sul do Brasil, principalmente nos estados do Rio Grande do Sul, Santa Catarina e Paraná, no Uruguai e na Argentina. É também consumido como **tereré**, em alguns estados brasileiros como o Mato Grosso do Sul, além do Paraguai.



Árvore da Erva-Mate e suas folhas

A planta da **erva-mate** pode atingir uma altura de 12 m, apresenta caule cinza, folhas ovais e frutos pequenos e verde ou vermelho-arroxeados. As folhas da **erva-mate** são aproveitadas em muitos pratos da culinária.

A palavra **mate** deriva do quíchua **matty** que designa a **Cuia** ou seja, o recipiente onde o chá é bebido ou sorvido por um canudo (cana/bambu). O hábito ainda hoje é muito popular em todo o sul da América do Sul, e no Brasil a bebida é chamada de **Chimarrão**. Canoíhas, SC, é considerada a capital mundial da **Erva-Mate**.



Plantação de Erva-Mate

As plantas nativas da **erva-mate** só se reproduziam por meio dos pássaros da região que ingeriam o pequeno fruto e defecavam sua semente já escarificada. A plântula é muito sensível ao sol tanto que, mesmo no plantio moderno a técnica exige sombreamento até que a planta atinja alguma maturidade.

Atualmente existem viveiros que produzem mudas de variedades selecionadas, cujo plantio é feito com técnicas especiais em grandes hortos. Para facilitar a colheita anual dos ramos, a árvore é severamente podada para manter-se a não mais de 3 m de altura. Dessa forma evita-se plantas altas que dificultam a colheita das folhas jovens, consideradas nobres na infusão do chá mate.

Outra prática bastante popular no planalto curitibano, habitat original da erva-mate, é conciliar o plantio da Araucária com o da **erva-mate**. Técnicas como essa são comuns para um controle ambiental mais rígido, e para evitar o desgaste do solo.



Gaúchos mateando a beira do fogo de chão

PROPRIEDADES

Estudos recentes detectaram a presença de muitas vitaminas, como as do complexo B, a vitamina C e a vitamina D, e sais minerais, como cálcio, manganês e potássio. A **erva-mate** apresenta efeitos no combate os radicais livres. Auxilia na digestão e produz efeitos anti-reumático, diurético, estimulante e laxante. Não é indicado para pessoas que sofrem de insônia e nervosismo, pois é estimulante natural.



Cuia para Tererê



Erva-Mate verde

Contém saponina, que é um dos componentes da testosterona, razão pela qual melhora a libido. Pode ser usada verde ou tostada, no preparo de chás e chimarrão. Misturada com extrato de maracujá, pode ser usada como bebida quente ou gelada. Misturada com suco de limão natural e bem gelado, torna-se uma bebida muito refrescante para os dias quentes. Nos dias frios ou quentes, pode ser apreciada em um bom chimarrão. Em Guarani, é chamada de **caá**.

Tipos de ervas: Erva-mate tradicional: apropriada para tererê e chimarrão. Erva-mate crioula: erva grossa com sabor suave. Erva-mate sabor menta e abacaxi: muito usadas no verão por serem refrescantes.



Pilão para moagem da Erva-Mate

NOMES POPULARES

Mate, erva, congonha, erva, erva-verdadeira, erva-congonha, chá-mate, chá-do-paraguai, chá-dos-jesuítas, chá-das-missões, mate-do-paraguai, chá-argentino, chá-do-brasil, congonha-das-missões, congonha, mate-legítimo, mate-verdadeiro, chimarrão, tererê, tererê, chá verde nacional.

Outras denominações menos comuns são: erva-de-são bartolomeu, cu-de-boi, orelha-de-burro, chá-do-paraná, congonha-de-mato-grosso, congonha-genuína, congonha-mansa, congonha-verdadeira, erva-senhorita. Denominações indígenas para a erva-mate são caá, caá-caati, caá-emi, caá-ete, caá-meriduvi, caá-ti, caá-yara e caá-yarií.

Em outros idiomas temos: *Yerba maté*, "Mate Tea" ou *maté tea* (inglês), *maté vert* (francês), *yerba mate* (espanhol), *malté* (italiano), *Matetee* ou *Mate paraguaensis* (alemão), *mate-tchá* (japonês), *mateo* (esperanto).

LENDA DA ERVA-MATE

Uma tribo indígena nômade se deteve nas ladeiras das serras onde nasce o rio Tabay. Quando retomou seu caminho, um dos membros da tribo, um índio velho e cansado pelos anos, ficou refugiado na selva, na companhia de sua filha Yarií, que era muito bonita. Um dia, chegou ao esconderijo do velho um homem que possuía uma pele de cor estranha e se vestia com roupas esquisitas, a quem receberam com generosidade.

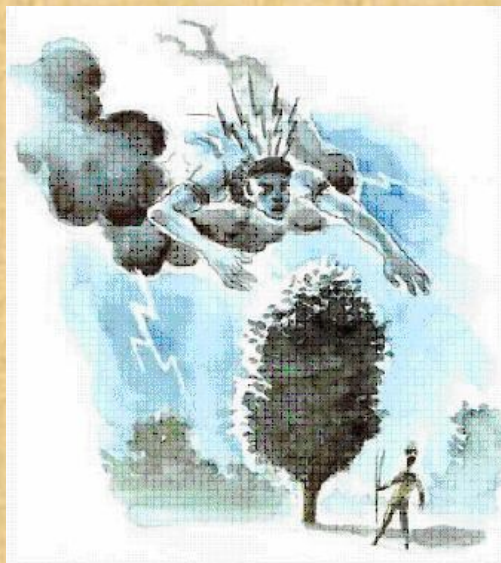


Foto do site: <http://www.centroculturalgaucho.com.br>

O velho ofereceu ao visitante uma carne assada de acuti, um roedor da região, e um prato de tambu, que é preparado com uma larva de carne branca e abundante que os Guarani criam nos troncos de pindó.

Conta a lenda que o visitante era um enviado do Deus do Bem, que quis recompensar tanta generosidade proporcionando-lhes algo que pudessem oferecer sempre aos seus visitantes e que poderia encurtar as horas de solidão às margens dos riachos onde descansavam. Para eles, fez brotar uma nova planta no meio da selva, que chamou de **Yaríi**, deusa que a protegia, e confiou seus cuidados a seu pai, Caa Yaraa, ensinando-lhe a secar seus ramos ao fogo e a preparar uma iguaria que poderiam oferecer a todos os que os visitassem. Desde então, a nova planta cresce, oferecendo folhas e galhos para preparar o mate.

O CHIMARRÃO

O **chimarrão** ou mate é uma bebida característica da cultura do sul da América do Sul, um hábito legado pelas culturas indígenas quíchua, aymará e guarani. Ainda hoje é hábito fortemente arraigado no sul do Brasil, parte da Bolívia e Chile e em todo o Paraguai, Uruguai e Argentina.

É composto por uma cuia, uma bomba, erva-mate e água quente.

Embora a palavra **mate** seja oriunda do castelhano, é utilizada popularmente também no Rio Grande do Sul paralelamente com o termo "**chimarrão**".

Chimarrão (*cimarrón* em espanhol) também designa o gado que foge para o mato e torna-se selvagem.

ETIQUETA



Cuia e bomba de chimarrão.



Chimarrão sendo servido



Estátua do servidor de mate em Posadas, Argentina.

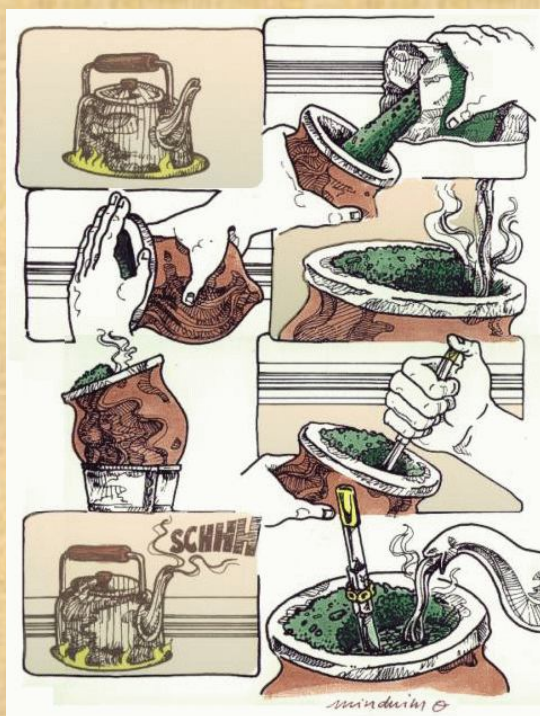
O **chimarrão** é servido como "*bebida comunitária*", apesar de alguns aficionados o tomarem durante todo o dia, mesmo a sós. Embora seja cotidiano o consumo doméstico, principalmente quando a família se reúne, é quase obrigatório quando chegam visitas ou hóspedes. Então assume-se um ar mais cerimonial, embora sem os rigores de cerimônias como a do chá japonês.

A água, para o **chimarrão**, não pode estar em estado fervente, pois isso queima a erva e modifica seu gosto. Deve apenas esquentar o suficiente para "*chiar*" na chaleira. Enquanto a água esquenta, o dono (ou dona) da casa prepara o chimarrão.

Há quem diga que isso acaba estabelecendo a hierarquia social dos presentes, mas é unânime o entendimento de que tomar **chimarrão** é um ato amistoso e agregador entre os que o fazem, comparado muitas vezes com o costume do cachimbo da paz. Enquanto você passa o chimarrão para a próxima bebê-lo, ele vai ficando melhor. Isso é interpretado poeticamente como você desejar algo de bom para a pessoa ao lado e, conseqüentemente, às outras que também irão beber o chimarrão.

Nesse cenário, o preparador é quem é visto mais altruisticamente. Além de prepará-lo para outras pessoas poderem apreciá-lo, é o primeiro a beber, em sinal de educação, já que o primeiro chimarrão é o mais amargo. Também é de praxe o preparador encher novamente a cuia com água quente (sobre a mesma erva-mate) antes de passar a cuia, com a mão direita, para as mãos de outra pessoa (ou da pessoa mais proeminente presente), que depois de sugar toda a água, deve também renovar a água, antes de passar a cuia ao próximo presente. Não se esqueça de tomar o chimarrão totalmente, fazendo a "**cuia**

roncar". Se considera uma situação desagradável quando o chimarrão é passado adiante sem fazer roncá-lo.



Veja aqui como preparar um bom chimarrão!

- 1) Preencher em 2/3 a cuia (recipiente) de erva-mate para chimarrão.
- 2) Tapar a cuia com a palma da mão e incliná-la ao ponto de encostar a erva-mate num lado.
- 3) Sacudir a cuia para que a parte grossa da erva-mate vá para o fundo e a parte fina fique na superfície. Assim não ocasionará entupimento da bomba.
- 3) Na parte vaga você deve colocar a água morna (apenas para começar seu chimarrão). Colocando água morna você não queima a erva-mate e não deixa seu chimarrão amargo. Nas demais cuias a água correta é aquela que chia na chaleira ou 64°C, *sem deixá-la ferver*.
- 4) Tape a boca da bomba com seu dedo polegar e coloque-a dentro da cuia descendo-a rente à sua parede, para que não fique ao meio da erva e não entupa sua bomba. Se a água descer após você retirar o dedo da bomba, seu chimarrão estará pronto.
- 5) Agora só falta saborear o delicioso chimarrão.

FONTE:

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Chimarr%C3%A3o>
<http://pt.wikipedia.org/wiki/Erva-mate>