

# Colecionáveis: Uma planta: um arbusto

## A Salicórnia

(*Salicornia ramosissima* J.Woods, 1851)

De erva daninha a planta com elevado interesse económico, a salicórnia vai ocupando um lugar de prestígio em restaurantes de luxo onde impera a chamada cozinha *gourmet*. É utilizada crua, seca ou triturada (sal verde) em pratos de peixe e marisco ou de carne e saladas. É um legume anual, suculento, salgado de sabor único, textura e forma muito interessantes para dar



um acabamento especial a diversos pratos de culinária, substituindo de forma natural e saudável o sal. Preferida não só pelo seu sabor e exotismo é também muito rica em minerais, dos quais se destacam o sódio, potássio, iodo, fósforo e zinco, vitaminas A, C e D e compostos antioxidantes. A maioria das plantas cresce em água doce mas a salicórnia

é uma boa candidata ao desenvolvimento de culturas em outros ambientes. É uma planta halófita, muito evoluída, que desenvolveu estratégias de adaptação do seu metabolismo e das suas características morfológicas. Cresce naturalmente nas zonas costeiras de ambientes salinos, como sapais, ou em águas salobras, salinas ou em canais, como acontece em Aveiro, sujeita à influência das marés. Existe uma grande variedade de salicórnia silvestres que, muitas vezes, variam de salina para salina pois adaptam-se facilmente às características de cada local.

**Caule:** Composto por nódulos pequenos, cilíndricos e carnudos, bastante ramificado que pode atingir até 40 cm de altura. As suas cores variam entre tons de verde-escuro, verde-amarelado e até vermelho-púrpura.

**Flores:** Apresenta uma inflorescência em forma de espiga de 2 a 3,5 cm de comprimento terminando em vários segmentos férteis. Floresce e frutifica entre maio e novembro. Propaga-se através de sementes, produzidas pelas flores centrais e das quais se extrai um óleo ou por segmentos do próprio caule.

**Curiosidades:** Para além de ser utilizada na alimentação humana, em países como o Reino Unido e Espanha, é também a base da alimentação de gado ovino e caprino conferindo à sua carne



um sabor especial, delicado e naturalmente salgado. É conhecida a sua utilização desde há séculos, primeiro na produção de sabão (soda vegetal) e depois na alimentação, nos anos 20 do século passado e na 2ª guerra mundial, substituindo o feijão-verde. Na época dos descobrimentos portugueses era transportada nos navios para evitar o escorbuto que atacava os marinheiros devido à falta de vitamina C.