



ORGÂNICO SOLIDÁRIO: Alimentando famílias, incentivando produtores.



Movimento Orgânico Solidário

Somos uma iniciativa solidária, sem fins lucrativos, que está levando alimentos frescos e saudáveis, em complemento à cesta básica tradicional, para milhares de famílias em situação de vulnerabilidade social agravada durante a pandemia do COVID-19. A ação destina, semanalmente, cestas contendo frutas, legumes e verduras cultivados por agricultores e agricultoras familiares que são produtores/as de orgânicos e que também sofrem o impacto da crise econômica.

Foto: Grupo de mulheres do Entre elas - ocupação Marielle Franco (Imagem Gabriel Meirelles)

Com quem estamos? Com quem ficamos? Porque permanecermos firmes.

Por Wilson "Feijão" Schmidt, professor aposentado da UFSC e amigo da Acolhida na Colônia

Fui mais uma vez chamado a escrever neste espaço. Agora, para nos (re)motivar como doadores do **Orgânico Solidário**. Afinal, há mais de um ano fazemos nossa contribuição financeira "emergencial". Iniciamos fazendo doações de "cestas orgânicas" ao que parecia uma iniciativa pontual para responder a uma situação crítica relacionada à Covid-19. Assim, essa nossa solidariedade duraria algumas semanas ou, no máximo, poucos meses. Mais de um ano depois – com as pesadas marcas de 12 milhões de casos e de inaceitáveis 300 mil mortes –, a "crise" geradora de tudo, que aparentemente seria breve, não apenas permanece como chega ao seu mais grave momento. Pior, só até agora... Então, por que continuar contribuindo? Além de sentirmos nossas próprias contas de supermercado pesarem mais a cada mês, vale a pena um suposto "enxugar gelo"? Eu respondo que sim! E muito!

Porque se o aumento dos preços das "coisas" nos afeta, ele atinge mais pesadamente aqueles que estão em situação de vulnerabilidade social (voltarei a esse ponto). E, fundamentalmente, porque estamos lidando com vidas que, na maioria dos casos daquelas pessoas que recebem "nossas" cestas orgânicas, precisam, neste momento, de um apoio "externo" (como uma espécie de "respirador artificial"...). Até porque, para eles, a conjuntura só traz desventuras. Especialmente a de não conseguir trabalhar (também retornarei a esse assunto). Neste quadro, é gente que precisa se manter, para poder – já agora ou em seguida – reconstruir-se e reedificar suas vidas. Todos sabemos que é preciso ter esperanças para guardar um olhar voltado ao futuro.



Para uma parcela significativa da nossa gente, está ainda mais difícil comer

Em 12 meses, desde o início da pandemia da Covid-19, o preço dos alimentos subiu 15% no país. Quase três vezes a taxa oficial de inflação do período (5,2%). Neste tempo, o preço do óleo de soja subiu 88%, o arroz ficou 70% mais caro e a batata está custando 48% a mais. O preço do leite longa vida subiu 21%. Apesar de estarmos falando de alimentos básicos para o povo, o aumento do preço do arroz, por exemplo, só em parte é explicado pelo aumento do consumo (já que com o isolamento mais gente ficou em casa). O fator principal foi a alta do dólar, que fez o tal "mercado do arroz" privilegiar a exportação. Com isso a oferta no Brasil diminuiu, o que resultou na explosão dos preços desse grão tão importante na dieta "feijão com arroz" – que era (!!) a de cada dia – do brasileiro...

Ora, esse inflar dos preços atinge muito mais aquela parcela da população que é forçada a destinar para a alimentação a maior parte da renda que consegue auferir. Ou seja, a inflação para as pessoas em situação de vulnerabilidade social é muito mais alta do que para a classe média e para os ricos. Como consequência, segundo pesquisa realizada por um grande grupo da mídia, "para milhões de brasileiros, a pandemia agravou outro drama: a falta de comida na mesa": "a maioria das pessoas não consegue fazer duas refeições por dia. Na hora do café da manhã, tem muita gente preocupada em garantir o almoço". Essa mesma enquete mostra que "se no início da pandemia, pessoas e empresas ajudaram com muitas doações, hoje estas diminuíram muito". Por tudo isso, precisamos manter nossa disposição para sustentar a nossa solidariedade e para reforçar "a mesa" e a esperança de nossos "parceiros da ponta cidade" do triângulo do Orgânico Solidário (as outras somos nós e a dos agricultores e agricultoras familiares).

Para uma parcela significativa da nossa gente, está ainda mais difícil trabalhar

Para reafirmar nossa disposição em manter nossas doações, outro elemento precisa ser criticado e desconstruído. Recentemente, "altas" autoridades governamentais catarinenses afirmaram que o estado de Santa Catarina "não precisa criar auxílio para as pessoas, porque elas não estão desempregadas". Que, supostamente, estaríamos "a pleno emprego" e "importando mão de obra". Por isso, não seria "coerente o Estado criar auxílio para as pessoas ficarem em casa". A primeira pergunta é em que planeta vivem essas "altas autoridades". Elas não olham para fora dos muros dos seus confortáveis condomínios ou pelas janelas dos seus carros blindados? Por que esse "ranço preconceituoso" (a expressão é do Prof. Lauro Mattei, da UFSC) que considera que os beneficiários de programas sociais querem recebe-los "para ficar em casa".

Lembremos quantos depoimentos fortes lemos nesse Informativo que são mais do que suficientes para desqualificar tal olhar que não leva os fatos em consideração. Quantos relatos vimos, aqui, de desemprego, de falta de oportunidades, de subocupação de pessoas qualificadas, de tantas iniciativas



de trabalho informal para "correr atrás" e poder "botar comida na mesa da família".

Com quem ficamos? Com alguns burocratas estatais elitistas – porque originários da elite empedernida? Ou com nossa gente, de quem temos visto e ouvido relatos tocantes a respeito do significado da "nossa" cesta orgânica que essas pessoas – trabalhadoras e lutadoras de verdade – recebem a cada quinze dias?

Fotos: Montagem das cestas do Orgânico Solidário (Arquivo O.S.); Entregas do Orgânico Solidário (Arquivo O.S.)

DICAS DA NUTRI

Por Elisabete Silva.
Nutricionista e amiga da Acolhida na Colônia.

No dia a dia, além de pensarmos no trabalho e outros afazeres, temos que dar conta de cozinhar refeições de forma variada, prática, saudável, saborosa e sustentável para alimentar nossa família. A dica é praticarmos uma cozinha mais circunstancial e consciente, ou seja, com o que tem, sem desperdício, com mais diversidade e com respeito a toda a cadeia alimentar. E hoje o ingrediente escolhido da cesta para conhecermos melhor é a “**CEBOLA ORGÂNICA**”.

Você sabia? A cebola é fonte de triptofano, uma substância importante para a produção de serotonina, o hormônio do bem-estar. Tem ação adstringente sobre gorduras por conter sulfureto de alil, substância essa, que ajuda na modulação do colesterol. Contém também selênio, um importante antioxidante que fortalece o sistema imunológico. A sua casca é rica em quercitina, um antioxidante que tem um importante papel anti-inflamatório e antialérgico. A quercitina também possui significativa atividade antiviral, inclusive com capacidade de combater o herpes, além de inibir a formação de alguns tipos de câncer. É um anti-histamínico natural, eficaz na redução das alergias alimentares e ambientais, como reações cutâneas, asma, rinite, sinusite e outras. Sua casca pode ser torrada e triturada até formar um pó e ser utilizada nas preparações de tortas, pães, biscoitos, feijão e sopas. Ou a casca fresca pode ser armazenada no freezer até formar uma quantidade maior e ser cozida em preparos de caldos de legumes ou de carnes.

Vamos começar higienizando os alimentos da cesta:

1. Frutas e hortaliças, lavar em água corrente e deixar de molho em solução contendo 1 litro de água para 1 colher de sopa de água sanitária ou hipoclorito durante 20 minutos, enxaguar bem e seguir com remolho de 5 minutos em solução contendo 1 litro de água para 2 colheres de sopa vinagre de álcool para neutralizar o gosto e o pH.
2. Embalagens de alimentos ou em geral, lavar com água e sabão ou passar álcool líquido 70% a 90%

Torta de Cebola

Ingredientes - Massa

- 100 g de farinha de trigo ou 11 colheres (sopa)
- 3 ovos
- 1 e 1/2 xícara (chá) de leite ou água
- 3 colheres (sopa) de queijo ralado (opcional)
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- Raps da casca de 1 limão
- 2 pitadas de sal
- 1 colher de sopa de casca de cebola (opcional)

Ingredientes - Cobertura

- 2 cebolas grandes cortadas em rodela
- 2 pitadas de sal
- 2 colheres de azeite de oliva ou óleo
- 2 colheres de sopa de cebolinha ou salsinha ou alho poro picados ou orégano

Modo de preparo

Massa: Bata todos os ingredientes no liquidificador. Coloque em uma forma untada e leve ao forno preaquecido por 10 a 20 min.

Cobertura: Em um recipiente misture todos os ingredientes. Retire a massa assada do forno, cubra com o recheio e leve novamente ao forno por 10 min ou até dourar.

Fotos: Torta de cebola (Fonte: culinariapravaler)

Organização das entregas em Florianópolis: Pet Educampo UFSC

Mande sua opinião sobre a cesta e/ou suas receitas para: Whats: 988240132 ou peteducampoufsc@gmail.com

Nos siga no instagram:

 @organicosolidario

Sobre esta edição:

Edição: Jéssica Kiekow

Produção: Pet Educampo UFSC

Parceiros de Floripa:

