

## Informativo da Agricultura Familiar

### O Cajueiro: uma planta de muitas utilidades As experiências de seu Guimarães

Após espremer as frutas, deixamos a calda em repouso por 15 minutos antes de iniciarmos a filtragem. Para filtrar, são necessárias 5 flanelas limpas e lavadas também em água de caju. Com isso, vamos eliminar aquele pó que tem na calda.

Depois engarrifamos sem encher muito, tampamos bem e enrolamos em um papelão ou no bagoço de cana, principalmente a parte da garrafa que contém o líquido. Temos que evitar que uma garrafa se encoste à outra. Deixamos fervendo em banho maria, como no suco.

A cajuína ficará melhor se for feita com um caju mais azedo, conta seu Guimarães, mas podemos fazer com qualquer qualidade. Do bagoço das frutas usadas para fazer a cajuína, pode ser ainda aproveitada para fazer doce grolado. Basta colocar açúcar e apurar no fogo. Ou pode ainda virar ração para gado ou porco.

#### Polpa de caju

Para fazer a polpa, cozinhamos as frutas por 15 minutos. Depois passamos no liquidificador e então é só separar as porções em saquinhos e congelar. Dura até ser usado, segundo seu Guimarães. E para fazer o suco, passa no liquidificador com água e açúcar a gosto.

#### Castanha cristalizada

Depois de assada, a castanha pode ser cristalizada com açúcar ou sal.

**Açúcar:** depois de assada a castanha, temos que tirar a amêndoa e sua pele. Escolhemos aquelas inteirinhas e colocamos em um pouco de água e açúcar. Mexemos bem e levamos ao forno até formar umas bolinhas açucaradas como no amendoim.

**Salgada:** temos que seguir o mesmo procedimento anterior. Porém, temos que banhar as castanhas numa salmoura. E depois de secas ao forno, tornam-se ótimos tira gosto, conta seu Guimarães.

As castanhas podem ser guardadas em pote de vidro por algum tempo.

Por fim, Seu Guimarães ensina que se a gente não quiser fazer nada disso, podemos ainda guardar a fruta no congelador, lembrando de tirar a castanha porque ela estoura com o frio. Podemos congelar em sacos ou porções e passar no liquidificador para fazer um suco delicioso.

## Informativo da Agricultura Familiar

### O Cajueiro: uma planta de muitas utilidades As experiências de seu Guimarães



O cajueiro é uma planta bastante comum na região dos municípios do Pólo Sindical da Borborema. Plantada pela natureza ou pelo homem, ela está sempre presente no dia a dia das famílias de agricultores.

A castanha de caju assada é um ótimo alimento para os agricultores e agricultoras. A polpa do caju pode ser comida crua ou pode-se fazer vinho, álcool, vinagre, aguardente, doces, mel, refrescos e muito mais. As folhas e a casca do cajueiro são ótimos remédios. Sua casca pode

ser usada também para curtir o couro.

Ainda tem a madeira que é muito resistente. Quando seca é muito usada como lenha, dá um fogo bom para casa de farinha e sua cinza é um ótimo adubo para estrumar a terra. Da madeira sai uma resina que o sagüi gosta muito de comer. Essa resina ainda pode ser usada como inseticida natural. Alguns agricultores usam também a árvore do caju como cerca viva.

#### Mel de caju

O mel de caju é uma receita tradicional do Ceará. É usado como alimento, como estimulante de apetite e remédio contra anemias e gripes.

#### Veja como é fácil fazer:

Primeiro, separe alguns cajus maduros, depois esprema para tirar o suco. Coloque numa panela e leve ao fogo, não precisa colocar mais nada, nem açúcar nem água. Deixe cozinhar até o suco ficar grosso e escuro, atingindo o ponto de mel. Para ter certeza do ponto, pingue uma gota do mel na brasa, se chiar ainda deve ficar no fogo por mais um tempo. E se não chiar, o mel está pronto. É só engarrifar e consumir aos poucos. Para curar gripe e anemia, tome 1 colher das de sopa todos os dias. Essa receita é para uma pessoa adulta.



Informações cedidas pelas agricultoras do sítio Lagoa dos Cavalos, Russas - Ceará e Almanaque do Pequeno Produtor 1987 e 1993, PATAC.

## Informativo da Agricultura Familiar

### O Cajueiro: uma planta de muitas utilidades As experiências de seu Guimarães

Seu Guimarães trabalhou por anos nas Forças Armadas Brasileiras, mas nunca deixou de cultivar um pedacinho de terra. Dom que herdou de seus pais e avós. Em todos os estados em que morou, sempre teve um cantinho de terra para desenvolver suas experiências. Conta que por onde anda, procura adaptar-se ao local e foi assim que aprendeu suas experiências com o caju.

No Piauí, seu Guimarães tinha um sítio em um brejo muito bom. Lá chegaram a produzir mais de 200 cargas de rapadura por ano, plantaram muita manga de várias qualidades, tinham buriti, massaranduba, mangaba, jatobá e tinham também muito caju da natureza. Mas seu Guimarães conta que sua família chegou a plantar mais de 300 pés novos de várias qualidades, plantaram até cajuí. E foi lá no Piauí que aprendeu várias receitas utilizando o caju. Seu Guimarães vai nos ensinar algumas delas: o xarope, a passa de caju, o suco, a cajuína, a castanha doce e salgada. Veja como é simples.



#### Passa de caju e Xarope

Utilizando os mesmos cajus, podemos fazer as duas receitas. Primeiro, separamos de 6 a 8 quilos de caju. Depois de lavar, cortamos em rodela fina. Colocamos numa panela de alumínio ou inox e levamos ao fogo com 1 quilo de açúcar. Não é necessário acrescentar água, o próprio caju irá soltar o sumo. Também não precisa mexer, senão podemos machucar as rodela de caju.

Após a fervura, cozinhamos por mais 20 minutos. Depois, coamos em uma peneira e colhemos a calda em um vasilhame. Reservamos por um tempo.

Depois de esfriar, as rodela de caju devem ser espalhadas para secar ao sol. Dependendo da qualidade do sol, deixe por 1 ou 2 dias. Caso precise deixar por mais de 1 dia, recolha à noite e coloque novamente no sol no dia seguinte. Temos que utilizar sempre tábuas, peneiras ou colocar encima de uma superfície plástica. Não devemos utilizar o flande porque enferruja. Depois de secar, barrufamos as rodela com açúcar cristal.

Com a garapa que reservamos na vasilha, vamos fazer o xarope. Colocamos novamente no fogo para apurar a calda até o ponto de mel fino. Deixamos esfriar para engarrafar.

## Informativo da Agricultura Familiar

### O Cajueiro: uma planta de muitas utilidades As experiências de seu Guimarães

Do xarope podemos fazer o suco. É só colocar 2 dedos no copo e completar com água. Ou podemos tomar puro como remédio para tosse, dor de garganta ou úlcera no estômago. Para isso, tome uma colher de sobremesa 2 ou 3 vezes por dia. É um ótimo tônico para criança anêmica porque é ferro puro, ensina seu Guimarães. Estando bem fechado e reservado em uma vasilha limpa, o xarope dura de um ano para outro.

#### Suco

Para guardar o suco do caju, passamos a quantidade que desejarmos da fruta no liquidificador. Antes, temos que ter o cuidado de lavar bem, tirar a castanha e tirar a ponta e o pé do caju. Essas partes é que dão o gosto piguento na garganta. Colocamos tudo no liquidificador e caso necessário, podemos espremer uns 3 ou 4 pedaços para dar uma água inicial. Aí vamos passando as frutas e coando numa peneira. Engarrafamos então o líquido sem encher demais a garrafa. Dá para encher até o início do ombro. Depois tampamos bem e colocamos para cozinhar em banho maria. O suco deve ficar cozinhando por 30 minutos após o início da fervura. Quanto mais tempo deixamos, mais corado vai ficar o líquido. Para fechar bem a garrafa, temos que usar tampa de garrafa de cerveja. Não podemos utilizar tampa de cortiça.

Só devemos tirar as garrafas depois de esfriar. Temos que tomar cuidado para ela não pipocar. Esse suco dura por 2 ou 3 anos, dura até consumir se ele estiver bem vedado, ensina seu Guimarães.

Para preparar, colocamos uma quantidade do suco para 3 partes de água, passamos tudo no liquidificador, acrescentando açúcar e gelo a gosto.

Da borra que sobra do preparo do suco, podemos fazer o doce moído ou doce de corte ou ainda pode servir para alimentar a criação do terreiro.

#### Cajuína

A cajuína é uma bebida cheia de segredos, nos conta seu Guimarães. Para fazer, temos que colher o caju logo pela manhã em dias que não sejam de chuva. A fruta deve estar fria. Se for necessário lavar, temos que usar a água do próprio caju. Da mesma forma, as mãos de quem trabalha e os objetos que serão usados durante o preparo, também devem ser lavados com a água do caju.

Depois de pronto, o caju deve ser espremido dentro de uma vasilha de plástico ou alumínio. Nesse recipiente, colocamos uma cola apropriada ou uma gelatina. Temos que espremer o caju, mexendo sempre. Neste momento, temos que observar se está havendo o corte da calda do caju. Caso necessário, colocamos mais cola apropriada ou gelatina. Esse procedimento é importante para facilitar o processo seguinte, a filtragem.