

Garantia na alimentação

LEI VAI EXIGIR SELO DE PROCEDÊNCIA

NÃO É NOVIDADE que consumir produtos orgânicos só traz benefícios à saúde. O problema é quando o consumidor não tem garantia de que, realmente, está levando para casa alimentos livres de agroquímicos. Em Caxias do Sul, as 25 famílias de produtores que comercializam alimentos orgânicos na Feira Ecológica já utilizam o selo da certificadora regional – Rede Ecovida, confirmando que o produto segue as prerrogativas do cultivo ecológico. Para garantir a procedência, técnicos do Centro Ecológico Ipê, com o auxílio de produtores e consumidores, realizam visitas periódicas às propriedades.

Além dos selos das certificadoras regionais, a partir de 1º de janeiro de 2010, entra em vigor em todo país, a Lei Federal nº 10.831/03, que passará a exigir selo de certificação de produtos orgânicos. "Esta lei é muito importante, tanto para os agricultores que já estão regulamentados, quanto para os consumidores de produtos orgânicos que priorizam uma alimentação saudável", afirma o médico toxicologista e integrante da Comissão Executiva da Feira Ecológica de Caxias do Sul, César Stuermer Pasqual.

Com a implementação da Lei Federal, o trabalho de controle e fiscalização nas propriedades da região da Serra será intensificado. É válido ressaltar que os sistemas de controle do mercado de orgânicos certificam não apenas o produto, e sim, todo o processo de produção (relações sociais, culturais, econômicas e ambientais). A punição para quem não apresentar selo de procedência e, portanto, desrespeitar a lei, varia de multa à apreensão de mercadorias.



Anuncie aqui!
54 3223.9005
54 9972-3848

Frutas e Verduras sem Agroquímicos
Mel e Produtos de Agroindústria
Estrada Municipal Josephina Segat, 1650
Fazenda - Caxias do Sul - RS
54 32068032

AGENDA DE CURSOS:
Culinária no Restaurante Trigais:
17 de outubro:
Pratos do dia a dia
14 de novembro:
Encerramento do ano
Ceia de Natal

Feira Ecológica
Sábados
Rua Augusto Pestana
Rua Santa Brígida (Frente)
6h30 às 11h30
Quintadas: 17h30
Café: 18h30

O INFORME AGROECOLÓGICO é uma publicação da Feira Ecológica de Caxias do Sul.
Comissão: César Stuermer Pasqual, Clademir Antônio Michelli, Gerson Luiz Peter, Maicon Formolo
Jornalista Responsável: Gabriela Marcon | MTb 9307 Colaboração: Renata Sirtoli
Planejamento Gráfico: Tiago Cidade Impressão: Gráfica Nordeste Tiragem: 2 mil exemplares
Contatos: 54 3228.1873 | 8118.6597 - gabi@marconnews.com.br | feira.ecologica@pop.com.br

Palavra de consumidor



Natural de Caxias do Sul, TERESA FURLANATTO consome produtos orgânicos há 15 anos. Quando consegue, a comerciante adquire os alimentos direto dos produtores na Feira Ecológica. "É muito importante para a saúde consumir alimentos orgânicos".



A costureira ADAIL SILVESTRIN é cliente fiel da Feira Ecológica desde o início. Nas palavras dela "é bom consumir produtos orgânicos porque facilita na hora de lavar os alimentos, já que eles não contêm agrotóxicos". Dona Adail também consome orgânicos para preservar a saúde.



Desde que a Feira Ecológica da Estação Férrea foi inaugurada, há 11 anos, LURDES MARIA MARCHETTI virou presença constante entre as bancas. A professora ensina a lição: "a produção desses alimentos é um benefício não somente para quem consome, mas para a natureza também. E é válido comprar dos agricultores que comercializam na feira, pois é uma forma de valorizar o trabalho deles".



Por recomendação médica, o metalúrgico JOSÉ LEONI MARTINS ARAÚJO adquiriu o hábito de consumir alimentos orgânicos há 7 anos. Desde então, ele frequenta a Feira Ecológica de Caxias do Sul. "São produtos sem agrotóxicos que só fazem bem à saúde".

É época de...



BATATA INGLESA

CONHECIDA NO BRASIL como batata inglesa, a batata é um tubérculo rico em carboidratos, e fornece energia imediata. Possui baixa quantidade de gordura. Contém vitaminas do complexo B e vitamina C. Quanto aos sais minerais, a batata possui fósforo, ferro, potássio e cálcio. É uma hortaliça muito versátil que pode ser utilizada em uma infinidade de pratos, como acompanhamento de qualquer tipo de carne, ave ou peixe ou substituindo o arroz e o macarrão. As maneiras básicas de preparo da batata são: batata cozida, assada e frita. A forma de preparo mais popular, a batata-frita, não é a mais saudável, em função da perda de nutrientes e do excesso de gordura associado a este prato. Enquanto uma porção de batatas cozidas tem 75 calorias, a mesma quantidade de batatas fritas tem 274 calorias. Procure diversificar o uso da batata preparando-a também como salada, sopa, purê, pão, bolo salgado e cozido. Para cozinhar, lave bem, coloque-as em uma panela com água fervente e sal, e deixe ao fogo somente pelo tempo necessário para que fiquem macias. A casca da batata é comestível e quando o cozimento é feito com casca, a perda de nutrientes é menor. Neste caso, lave bem as batatas em água corrente antes de cozinhá-las. Descasque-as ainda quentes. Se estiverem frias, mergulhe-as em água para facilitar a retirada da casca.

Colaboração: Karina Giane Mendes (Mestre em Saúde Coletiva / Doutoranda em Medicina: Ciências Médicas) e professora do Curso de Nutrição da Universidade de Caxias do Sul (UCS).

Grupo Orgânico
TERRA VIVA
(51) 9688-8621
(54) 9155-8971

Horta da Nonna
Produtos Orgânicos
(54) 3038-2237
hortadannona@gmail.com.br
Rua Marchal Pastorel 107 - Pq. X - Caxias do Sul - RS

ADRIANA MENEZES
Método Pilates
www.adrianamenezes.com.br
Tel: 54 9171.7892 | Caxias do Sul
Rua Garibaldi, 603 | sales: 93054

Indústria de Vinagres São Francisco
sac@vinagroorganico.com.br
www.vinagroorganico.com.br
54 3212.1092 | 9188-9473

História de produtor

HÁ NOVE ANOS, sete famílias de agricultores de Bom Princípio resolveram se unir para converter as suas propriedades para o sistema orgânico. Tudo começou numa palestra com técnicos da Emater, que explicaram como seria o processo de manejo do solo e cultivo de alimentos ecológicos. "Apesar das dificuldades, que foram muitas no início, aceitamos o desafio. Hoje tudo o que produzimos é livre de agrotóxicos", conta o produtor Ivan Bergamini, 51 anos, integrante do Grupo Orgânico Terra Viva.

Criado em 2007, atualmente o grupo é formado pelas famílias de Ivan e de Valmor, Eduardo e Armando Tomiolo. O morango - que é um dos símbolos do município de Bom Princípio - é o "carro-chefe" do grupo, com a saudável e importante diferença de ser orgânico, já que a fruta é um dos produtos agrícolas mais contaminados pelo uso excessivo de agrotóxicos na forma convencional de produção.

Além do morango e outras frutas, o Grupo Orgânico Terra Viva cultiva raízes como beterraba e vários tipos de hortaliças como alface, tomate, cenoura, pepino, abobrinha, entre outras. Como a demanda do mercado de orgânicos é superior à oferta de alimentos, a quantidade produzida é toda comercializada na Feira Ecológica e em fruteiras especializadas de Caxias do Sul. "Se a nossa produção fosse cinco vezes maior, com certeza venderíamos tudo", acrescenta Bergamini.



Receita



RAÍZES AO FORNO

MODO DE PREPARO:

Lave e escove bem as raízes. Exceto o aipim e a batata doce, as outras raízes não precisam ser descascadas. Corte em lascas ou rodela, e organize numa refratária, intercalando-as e colocando o sal marinho, os temperos e uma pequena quantidade de óleo de girassol. Quando todas estiverem colocadas, cubra a refratária com um papel alumínio e leve ao forno por, aproximadamente, uma hora. Durante o cozimento, observe se elas necessitam de mais alguma quantidade de óleo, para que fiquem tenras. Sirva-as quentinhas, acompanhadas de uma salada verde, a gosto.

Esta receita é ideal para os dias de inverno, já que as raízes yang aquecem o organismo, nos proporcionando mais energia e calor para enfrentar os dias mais frios.

Colaboração:
Margaretê Rossa – Restaurante Natural Trigais



INGREDIENTES

- 01 nabo, de preferência, comprido
- 03 rabanetes
- 03 cenouras médias
- 01 raiz de aipim
- 01 batata doce
- 02 batatas inhame médias
- 02 batatas baroa, salsa ou mandioquinha tempero verde e outros temperos a gosto
- óleo de girassol para regar
- sal marinho



sxc.hu

agroecológico informe

ano 4 . nº 10 . set - out / 2009

uma publicação da Feira Ecológica de Caxias do Sul

Somos o que comemos

MOVIMENTO SLOW FOOD COMEÇA EM CAXIAS DO SUL

O informe Agroecológico está de volta. E renovado! Com um visual mais suave, queremos levar você, leitor, a refletir com tranquilidade sobre a procedência e o significado dos alimentos na sua vida. Consumidores de orgânicos sabem e sentem muito bem a diferença de ingerir produtos livres de agroquímicos. Mas e quem ainda não teve a oportunidade de saborear essa categoria ímpar de alimentos? Pois bem. No dia 22 de agosto, produtores e consumidores de alimentos orgânicos plantaram uma semente ao se reunirem no Restaurante Trigais, em Caxias do Sul, para dar início ao movimento Slow Food na cidade. Em inglês, a palavra slow significa lento ou devagar, e food, alimento.

efeitos da conhecida e disseminada geração fast food. O termo significa alimentação rápida. Mais do que uma refeição aleatória provocada pelo ritmo frenético do cotidiano, a grande maioria dos consumidores de fast food não têm a consciência e a preocupação com a qualidade do produto ingerido e, menos ainda, do que o próprio alimento representa para a preservação do planeta. A questão é que nossas escolhas alimentares podem afetar o mundo. Sendo assim, Slow Food promove uma ampla reflexão sobre o alimento.

Saber de onde vem os alimentos que ingerimos e sentir com calma o sabor deles, degustando cada ingrediente sem pressa, faz parte da filosofia *Slow Food*. Mas isso é assunto para a próxima edição do Informe Agroecológico. Portanto, prezado leitor, aprecie a calma.

Slow Food é uma associação internacional sem fins lucrativos, fundada em 1989 como uma resposta aos

Slow Food em Caxias:
54 3223.9005
54 3028.0891



VISA
SOLUÇÕES IMOBILIÁRIAS
Rua Sinimbu, 982 Centro
www.visaimoveiscaxias.com.br
(54) 3027.7779

PONTO ECOLÓGICO
Caxias do Sul - RS
ADOTE ESTA IDEIA!
Produção Livre de Agrotóxicos
3214.1477
Rua 20 de Setembro, 1830A
Centro - Caxias do Sul - RS

intral
Reatores e Luminárias
54 3209.1300
www.intral.com.br

ecocitrus
Cooperativa dos Citricultores
Ecológicos do Vale do Cai
Rua João Pessoa, 457 - Montenegro - RS
3214.1477
SAC: 51.3532.4524
ecocitrus@terra.com.br

aeca
Cooperativa ecia de agricultores
ecologistas Tula
Dr. Oswald Nery, 704 - Andaraí Prado - RS
Fone/Fax: 54.3253.3112
www.aeca.com.br

Armazém da Roça
Presente quem você gosta com uma de
nossas caixas de produtos saudáveis!
54 3025.4922
Av. João de Castilho, 3155 - São Pellegrino
Caxias do Sul - RS
Próximo ao Parque Cinqüentenário

Fruteira Ecológica
Livre de agrotóxicos
54 3223.8803
Rua Coronel Flores, 144
São Pellegrino - Caxias do Sul - RS
Próximo a Antenas Bazel

Trigais
Alimentação feita a vida.
Restaurante Natural Trigais
Tudo orgânico, tudo natural
La Salle, 769 - São Pellegrino
Caxias do Sul - RS
54 3028.0891