



■ **Verdura da ria Formosa**  
Ricardo Araújo explicou-nos que a espécie *salicornia ramosissima* foi selecionada por ser a mais saborosa, crocante e suculenta, sendo uma saudável alternativa ao consumo de sal.



■ Saiba mais...  
[www.riafresh.com](http://www.riafresh.com)



■ **A salicórnia da ria Formosa** pode ser consumida crua ou confeccionada nas mais variadas formas, como em saladas, massas, peixe, carne, tempero e bebidas com ou sem álcool.



■ **Manteiga de salicórnia**  
Uma manteiga sem sal, com pouco sódio, mas muito aromática e saborosa. Prepare-a na sua Bimby®.

## “A BIMBY® AJUDA-NOS A DESENVOLVER O NOSSO NEGÓCIO”

*Ricardo Araújo é o responsável de marketing da RiaFresh, empresa que se dedica à produção e venda de salicórnia, ingrediente que pode ter utilizações muito curiosas. Manteiga gourmet é apenas uma das receitas que pode preparar na sua Bimby®. Fique a saber tudo sobre esta verdura do mar.*

POR VANESSA COSTA NUNES | FOTOGRAFIA ANTÓNIO NASCIMENTO

Já foi considerada uma praga, uma autêntica erva daninha do mar. Hoje, a salicórnia é vista como um produto *gourmet*. Para os menos familiarizados com esta planta, vale a pena explicar que se trata de uma espécie sazonal da flora nativa portuguesa, que cresce junto aos estuários e salinas e que é cada vez mais procurada por chefes de cozinha.

Como nos disse o fã Bimby® Ricardo Araújo, a RiaFresh é uma das principais impulsionadoras da salicórnia que, para além de conferir um sabor muito particular a determinadas receitas, é uma alternativa saudável ao sal.

“A *Salicornia ramosissima* é a espécie que a RiaFresh selecionou, não só por ser natural da ria Formosa, mas por ser a que nos dá melhor garantia de qualidade para o consumo humano. Tem um sabor levemente salgado, sendo crocante, suculenta e saborosa”, explicou Ricardo Araújo. “Outra das suas características é o seu sabor delicioso, o qual os japoneses denominam de *umami*. Para além do doce, salgado, amargo e ácido, existe este quinto sabor que foi identificado na parte central da língua. E de facto o sabor da salicórnia mantém-se na zona do palato mais tempo do que o próprio gosto salgado”, continuou.

Produzida em ambiente controlado, a salicórnia natural da ria Formosa, apenas disponível de março a setembro, pode ser consumida crua ou confeccionada nas mais variadas formas, como em saladas, massas, peixes, carnes, temperos e bebidas com ou sem álcool. É rica em antioxidantes, sais minerais e vitaminas. “A manteiga de salicórnia, que pode servir para barrar tostas ou temperar alimentos, é uma entre as muitas receitas possíveis”, sugeriu Ricardo Araújo. Lembrei-me desta, pois é interessante para os meses de verão”, acrescentou. “Pessoalmente, utilizo bastante a Bimby® na confeção da minha alimentação, é muito útil e prática e facilita a introdução da salicórnia como substituta do sal”, concluiu.

*Ainda que seja pouco divulgada e conhecida, a salicórnia oferece inúmeras hipóteses de confeção e a sua utilização depende da criatividade de cada um...*

### Manteiga de salicórnia

3 min 10 min 250 g aprox. fácil  
100 g: Energ.: 0 kcal/Prot.: 0 g/Hid. carb.: 0 g/Gord.: 0 g

#### INGREDIENTES

400 g natas c/ 35% de gordura bem frias  
30 g salicórnia

#### PREPARAÇÃO

1. Coloque no copo as natas e programe **2 min/vel 9**. No fim do tempo, a gordura deverá estar separada do soro. Se assim não acontecer programe mais uns segundos na mesma velocidade (depende da temperatura e qualidade das natas).
2. Adicione 20 g de salicórnia e triture **20 seg/vel 9**.
3. Adicione 10 g de salicórnia e pique **10 seg/vel 5**. Retire a manteiga para o cesto e lave com um fio de água fria debaixo da torneira até que a água saia limpa (evita que a manteiga rance). Coloque a manteiga sobre papel absorvente e seque-a muito bem. Enrole em película aderente e conserve no frigorífico até ao momento de servir.

✓ Papel absorvente  
Película aderente