

O mar está para as



por Orlando Santos

Ela não costuma frequentar os cardápios dos restaurantes, mas ao longo de muitas décadas, em especial nos botequins do Rio, a sardinha se tornou referência obrigatória para acompanhar o chope ou a cerveja gelada.



No alto: típica sexta-feira no Triângulo das Sardinhas; no centro: o sócio **Cassiano** e os irmãos **Eduardo** e **Fernando**, décadas de tradição; abaixo: a estrela do aclamado Triângulo das Sardinhas.

No momento, com a liberação da pesca que se estende até o mês de outubro, não vai faltar este peixe tão conhecido e amado pelos cariocas, em suas diversas versões, como a tradicional frita na hora, na grelha e até os *rolmops* (a sardinha crua ao vinagrete, enrolada e espetada num palito), que ajudou a fazer a fama da Adega Pérola, em Copacabana, ao lado de outros petiscos igualmente raros e exóticos.

O binômio chope-sardinha, no entanto, alcança seu maior auge no já conhecido Triângulo das Sardinhas, na rua Miguel Couto – às sextas-feiras, bem defronte ao bar Ocidental (há 56 anos ali instalado), forma um contingente que se espalha pelas mesinhas e barris para uma manifestação etílico-social de grande repercussão.

Os donos, os irmãos Fernando e Eduardo, lamentam que o movimento já não seja o mesmo de décadas passadas, e calculam que estão vendendo menos 70% do que antes. A violência no Centro da cidade seria uma das causas do desaparecimento de muitos fregueses.

A sardinha no bar Ocidental, pioneiro na área, começou a ser vendida frita em filés abertos, e ganhou até o apelido de 'frango marítimo', por seu formato lembrando o peito aberto de um galetinho.

Outro grande sucesso a envolver a sardinha é ter como cenário um botequim do tradicional Cadeq (como é conhecido o mercado do Centro de Abastecimento do Estado da Guanabara, em Benfica). Comandado pelo português Carlos Cavadez, o botequim é uma grande referência de cultura portuguesa no Rio há mais de 40 anos.

Sempre aos sábados, um grupo típico se encarrega de tocar músicas do cancionero lusitano, enquanto Cavadez comanda os vinte funcionários da cozinha, agora em instalações mais modernas e distanciado do palco principal das apresentações.

Neste dia, o boteco serve 600 sardinhas portuguesas, fechadas, na grelha, com apenas o sal grosso dando o tempero. Diz Cavadez que não

há termo de comparação entre a sardinha portuguesa e a brasileira, e para ele a 'da terrinha' é bem saborosa e mais gostosa.

O bar Urca, no final deste bairro carioca e ao lado da Fortaleza São João, tem a sua cozinha especializada em peixes frescos. A campeã é a sardinha frita, "preparada ao óleo a 200 graus para ficar bem crocante e sem gordura", explica um dos sócios da casa.

Um pouco de história

No Brasil, a popular sardinha é encontrada principalmente no Sul e Sudeste. Até algum tempo, ela era considerada um peixe 'de segunda'. Mas isso são águas passadas. A sardinha voltou a ser valorizada quando a ciência descobriu a importância do ômega-3, um superalimento, fundamental para o bom funcionamento do coração, do cérebro e do sistema imunológico. A sardinha é riquíssima em ômega-3.

Mas esse alimento tão importante está ameaçado... não por peixes predadores, mas pelo bicho homem: nas últimas décadas, a produção de sardinhas vem diminuindo no Brasil inteiro em função da pesca excessiva.

Em 1973, o país pescou 228 mil toneladas de sardinha. Em 1977, 140 mil. Em 1990, 32 mil toneladas. Em 2000, a produção chegou a 17 mil toneladas. Em 2007, a produção melhorou: 48 mil toneladas, mas nada comparável à fartura dos velhos tempos.

A redução dos cardumes provocou o fechamento de várias indústrias de sardinha em lata no Rio de Janeiro. O Brasil passou a importar sardinha para industrializar. É importante lembrar: sardinha em lata é igualmente rica em ômega-3. Um estudo recente, feito pelo Greenpeace, com a ajuda de 40 especialistas, mostra que não apenas a sardinha, mas a maior parte dos peixes consumidos no Brasil está ameaçada pela pesca

predatória e pela poluição dos mares.

Pelo menos em um ponto quase todos os especialistas concordam: se alguma coisa não for feita urgentemente, em futuro não muito distante as imagens de cardumes de sardinhas poderão ser apenas a lembrança de um tempo que jamais se repetirá.

A maior indústria de pescados do Brasil é a Femepe de Santa Catarina (450 mil latas diárias de sardinha), com mais de 40 anos de mercado e detentora de três

marcas no país (Alcyon, Pescador e Navegantes). Seu diretor-presidente e fundador, Orlando Ferreira, afirma que a pesca em excesso causa muitos danos, pois afeta o ciclo natural de reprodução, e a pesca predatória e/ou acidental afeta o ecossistema marinho, que demora muito a se normalizar. O ideal, garante ele, e faz disso a sua proposta de trabalho, é saber combinar pensamento ecológico com mentalidade industrial, como, por exemplo, respeitar os períodos de defeso das espécies. ■

Torta de sardinha com espinafre

Ingredientes: 120 g de sardinha em óleo comestível escorrido; 2 maços de espinafre limpo, cozido, picado e espremido; 1 colher (sopa) de manteiga ou margarina; 1 colher (sopa) de azeite; 1 cebola média picada; 4 ovos; 1/2 xícaras (chá) de queijo parmesão ralado; 1/2 xícara (chá) de farinha de rosca sal e pimenta do reino a gosto; 4 pimentões vermelhos médios sem pele cortados em tiras; 1 pacote de massa folhada semipronta descongelada



Modo de preparo:

Aqueça a manteiga e o azeite numa frigideira pequena. Junte a cebola e frite até começar a dourar. Acrescente as sardinhas e deixe aquecer bem.

Coloque em um recipiente e junte o espinafre, os ovos, o queijo parmesão ralado, a farinha de rosca, sal e pimenta-do-reino a gosto. Reserve.

Abra a massa folhada, em uma superfície polvilhada com farinha de trigo, numa espessura bem fina.

Forre os fundos e os lados de uma fôrma de abrir com 25 cm de diâmetro, deixando uma parte para cobrir.

Coloque uma camada fina da mistura de espinafre e a sardinha, depois uma camada de pimentão.

Continue alternando as camadas, deixando para o final as sardinhas com espinafre.

Cubra com a massa restante, fechando bem a borda.

Se desejar, pincele com gema.

Leve ao forno quente (200°) preaquecido e asse por uns 40 minutos até que a massa esteja dourada.

Deixe esfriar, desenforme com cuidado e sirva.

Tempo de preparo: 50 minutos

Rendimento: 10 porções