



## BLOGS |

---

# Fully Cambuci: um hambúrguer Made in Mata Atlântica

Liana John - 19/03/2015 às 09:00



Para azar do **cambucizeiro**, padres jesuítas fundaram um colégio chamado **São Paulo de Piratininga** bem em sua área de ocorrência. Claro que, nos idos de 1554, ninguém imaginava a imensa metrópole na qual aquele colégio se transformaria, tomando o lugar da **Mata Atlântica** onde se abrigavam os pés de **cambuci**, junto com uma grande

variedade de outras árvores, arbustos, cipós e ervinhas. Tal acaso quase foi fatal para a espécie *Campomanesia phaea*: o rápido crescimento urbano chegou bem perto de provocar sua **extinção**.

Felizmente a história se constrói em espirais e o cambuci foi resgatado a tempo por moradores de São Paulo, grupos ambientalistas, fruticultores, gastrônomos e organizações não governamentais, como o **Instituto Auá**, responsável pela organização da **Rota Gastronômica do Cambuci** – um festival com atrações culturais, novas receitas e feiras de produtores. Alguns membros do Instituto Auá desafiaram **Leandro Carneiro** a criar uma nova receita com cambuci, repassando a ele uma amostra de dois quilos de frutos congelados.

Leandro é sócio da **Cozinha Viva La Vida** e, junto com sua irmã, **Luiza Carneiro**, produz **hambúrgueres vegetarianos e veganos** à base de grãos integrais e temperos naturais. A massa pronta para fritar dura uma semana, em geladeira, e até seis meses, no *freezer*. Os hambúrgueres são comercializados com a marca registrada **Ital Búrguer**, premiada em 2014 pela Câmara Municipal de São Paulo, com o selo **Ouro Top Qualidade Brasil**.

“Atendo diversas equipes de escritórios e faço lanches com meus hambúrgueres em eventos, além de vender a massa congelada para ser preparada em casa”, conta o microempresário. “Já havia feito hambúrguer de **jabuticaba** e de **bagão de caju** e já conhecia o cambuci desde criança, aqui da região de **Parelheiros** (zona sul de São Paulo)”. Foi fácil aceitar o desafio, portanto.

Leandro só não quis recorrer ao cozimento ou ao excesso de processamento para não perder a essência do cambuci. Começou amassando as frutas, com casca e sementes, num tecido (voal) para separar o líquido, aproveitado à parte, em sucos. Depois acrescentou temperos frescos, temperos secos, grãos de chia, farinha de castanha de caju e azeite. “Chamei o hambúrguer de *Fully Cambuci* porque 70% da massa é cambuci, mantendo a textura linda da fruta, o sabor rico, azedo, o mais próximo possível do conceito de alimentação natural e não processada, para manter a **energia vital** do alimento”, acrescenta. Além da massa de hambúrguer, Leandro criou também uma “maionese” à base de cambuci para usar como molho no sanduiche.

O *Fully Cambuci* será oficialmente lançado ainda neste mês de março, em São Paulo, a cidade que engoliu a floresta de onde a espécie é originária. E possivelmente entrará no cardápio de um bar, localizado no bairro paulistano que emprestou seu nome da fruta: o **Cambuci**. A matéria prima utilizada no preparo dos hambúrgueres é fornecida por produtores da **Serra do Mar**, que ajudam a recuperar a Mata Atlântica e fazem parte do **Arranjo Produtivo Sustentável**, coordenado pelo Instituto Auá.

Parece razoável prever o retorno do cambuci, em grande estilo e vendendo saúde, à sua terra nativa. Que seja muito bem vindo de volta! *E bon appétit!*



**Fotos: Heloisa Bio/Instituto Auá (cambucis, ao alto)  
Leandro Carneiro (massa para hambúrguer Fully Cambuci, acima)**

Leia também: **Problemas com glicose? Aposte no cambuci**, aqui no **Biodiversa**

ver este post

comente

---

## Comentários

19/03/2015 às 14:51

**Leandro Carvalheira - diz:**

Maravilhosa matéria Liana John!

Mais uma vez encantado com o significado desse fruto, e de tudo que o permeia. Este símbolo da Mata Atlântica é de fundamental importância para o reconhecimento do bioma que nos cerca.

É uma honra fazer parte deste trabalho de difusão dessa consciência pelo viés gastronômico.

Viva o Cambuci!

---

23/03/2015 às 14:17

**Fully Cambuci: um hambúrguer Made in Mata Atlântica | Rota do Cambuci - diz:**

[...] Link: <http://planetasustentavel.abril.com.br/blog/biodiversa/fully-cambuci-um-hamburguer-made-in-mata-atlantica/> [...]

---

24/03/2015 às 17:18

**Izabel Carvalho - diz:**

Cara Liana,

Li esta semana um post seu referente a uma pesquisa feita com pata-de-vaca, também favorável para quem tem que controlar a glicose.

Voce saberia me indicar locais onde posso comprar a pata-de-vaca de boa procedencia?

Muitissimo grata, e parabens pelos seus textos!!!

---

26/03/2015 às 00:18

**Moacyr Castro - diz:**

Liana, da fruta eu gosto, de suas matérias nem se fala, mas o bairro é feio pra dedéu. Quanto ao “Claro que, nos idos de 1554, ninguém imaginava a imensa metrópole na qual aquele colégio se transformaria,”, lembro-me do que ouvia em criança e está lá no

museu dedicado ao padre Anchieta: “Ela há de ser a metrópole do Brasil!”. É.  
Parabéns, Porta-voz da Natureza.

---

### Deixe aqui seu comentário:

Preencha os campos abaixo para comentar, solicitar ou acrescentar informações. Participe!

**Seu nome:**

**Seu e-mail:**

**Enviar**

## Biodiversa

---



**LIANA JOHN**

é jornalista ambiental. Escreve sobre conservação, mudanças climáticas, ciência e uso racional de recursos naturais há quase 30 anos, nas principais revistas e jornais do país. Ao somar entrevistas e observações, constatou o quanto somos todos dependentes da biodiversidade. Mesmo o mais urbano dos habitantes das



grandes metrópoles tem alguma espécie nativa em sua rotina diária, seja como fonte de alimento ou bem-estar, seja como inspiração ou base para novas tecnologias. É disso que trata esse blog: de como a biodiversidade entra na sua vida. E como suas opções, eventualmente, protegem a biodiversidade.

## Arquivos de posts

---

2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | **2015**

MAY 2015 - (3)

APRIL 2015 - (2)

MARCH 2015 - (3)

FEBRUARY 2015 - (4)

JANUARY 2015 - (4)

## Nuvem de tags

---

**Amazônia** anti-inflamatório antioxidante araras açaí bactérias biodegradável biodiesel **biodiversidade** biodiversidade brasileira biologia biomimética Caatinga cana-de-açúcar **Cerrado** clima cochonilha controle biológico COP19 corais cosméticos **Embrapa** emissões emissões de carbono espinhas do rosto Fapesp fungos inhabitat **insetos** Instituto Arara Azul joaninha lixo mandacaru mandioca mel microalgas mudanças climáticas parasitas praga preguiça Protocolo de Kyoto queijo mineiro reciclagem semiárido Serra da Canastra sertão nordestino Terroir tratamento de água vinhaça água

## Outros Blogs

---

 [A HUMANIDADE CONTRA AS CORDAS](#)

 [AGRISUSTENTA](#)

 [BICHOS DO PANTANAL](#)

 [BLOG DO CLIMA](#)

 [BIOGÁS: A ENERGIA INVISÍVEL](#)

 [BLOG DA REDAÇÃO](#)

 [MUITO ALÉM DA ECONOMIA VERDE](#)

 [CORPORAÇÃO 2020](#)

 [GAIATOS E GAIANOS](#)

 [NA GARUPA](#)

 [O DIVERGENTE POSITIVO](#)

 **PARCEIROS DO PLANETA**

 **PLANETA ÁGUA**

 **SEMANA ABRIL DE JORNALISMO  
AMBIENTAL**

 **PLANETA URGENTE**

 **PROSPERIDADE SEM CRESCIMENTO**

 **SUSTENTÁVEL NA PRÁTICA**

 **PLANETA EM AÇÃO**

 **QUANDO NEGÓCIOS NÃO SÃO  
APENAS NEGÓCIOS**

 **URBANIDADES**

---

#### Patroínio



#### Siga o Planeta

