

# Bertalha

*Feiras livres e tradição*

É comum encontrar bertalha nas feiras livres do Rio de Janeiro, cuja tradição provavelmente veio dos portugueses que tiveram colônias na Índia, onde seu uso é muito comum. Na China, os pequenos frutos são usados como corante, por sua cor purpúrea, e também na preparação de xaropes quando macerado com açúcar.



Imagem meramente ilustrativa

**Embrapa**

**Hortaliças**

Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento  
BR 060 Km 09 Brasília/Anápolis  
Caixa Postal 218, CEP 70275-970, Brasília-DF  
Fone: (61) 3385-9110 - Fax: (61) 3556-5744  
E-mail: [sac@embrapa.br](mailto:sac@embrapa.br)  
[www.embrapa.br/hortaliças](http://www.embrapa.br/hortaliças)

Saiba mais em:  
[www.embrapa.br](http://www.embrapa.br)

#### Equipe Técnica

Neide Botrel  
Nuno Rodrigo Madeira  
Raphael Augusto de Castro e Melo  
Geovani Bernardo Amaro

#### Fotos

Neide Botrel  
Nuno Rodrigo Madeira  
Paula Fernandes Rodrigues  
Beatriz Ferreira da Cruz

#### Ilustração

Henrique Martins Gianvecchio Carvalho

**Embrapa**

MINISTÉRIO DA  
AGRICULTURA, PECUÁRIA  
E ABASTECIMENTO

**BRASIL**  
GOVERNO FEDERAL

HORTALIÇAS NÃO CONVENCIONAIS  
*Hortaliças Tradicionais*

# Bertalha



Tiragem: 2.000 exemplares. Maio/2017. Projeto gráfico: Beatriz Ferreira da Cruz

É uma planta pertencente à família Basellaceae, originária da Índia e do Sudeste Asiático. Trepadeira e vigorosa, ela possui ramos e folhas verdes e suculentas, além de inflorescências em cachos, com flores pequenas e brancas. Os frutos são globosos, purpúreos e brilhantes, com menos de 1 cm de diâmetro. Existem plantas de ramos e folhas de coloração vermelha ou arroxeada (*Basella rubra* L.).

## Bertalha (*Basella alba*)

NOMES POPULARES: espinafre-tropical, espinafre-indiano, folha-tartaruga

### Plantio

Desenvolve-se melhor em regiões de clima tropical, mas é comum o cultivo em regiões serranas, de clima ameno. O solo deve ser leve, fértil e com bom teor de matéria orgânica. O plantio deve ser realizado em canteiros.



A propagação normalmente é feita por sementes, mas é possível utilizar os próprios ramos para plantio. A semeadura pode ser feita diretamente no local definitivo, em bandejas ou em recipientes individuais, com posterior transplante das mudas. O espaçamento é de 0,8 m entre linhas por 0,5 m entre plantas e, quando plantadas em canteiros, o espaçamento é 30 cm a 40 cm x 30 cm a 40 cm. A colheita dos

ramos pode ser feita entre 60 e 90 dias após o plantio, pelo corte dos ramos terminais, com tamanhos de 30 cm a 40 cm de comprimento, formando maços de cinco a sete ramos. A produtividade varia de 15 a 30 toneladas por hectare.

### Conservação e usos

A vida útil da bertalha é de 3 a 5 dias em temperatura ambiente. Porém, quando embalada e armazenada a 10 °C e umidade relativa acima de 80%, permanece com os ramos túrgidos e verdes por até 15 dias. Possui alto valor nutritivo, sendo boa fonte de fibra, vitamina A, vitamina C e minerais, em especial cálcio e ferro. É consumida crua ou refogada e também é usada na confecção de pratos com carnes e ovos. Também pode ser usada em farofas, tortas e quiches. Além disso, os talos grossos podem ser picados e refogados para enriquecer o arroz e o feijão.

### O projeto

A bertalha está sendo estudada no âmbito do projeto “Avaliação agronômica, caracterização nutricional e estudo da vida útil de hortaliças não convencionais”, da Embrapa Hortaliças, que busca tornar acessíveis as informações sobre essas espécies com o intuito de fomentar a produção, o consumo e a comercialização. Outras hortaliças estudadas são: almeirão-de-árvore, amaranto, anredera, azedinha, beldroega, capuchinha, cará-do-ar, caruru, fisális, jambu, major-gomes, mangarito, maxixe-do-reino, muricato, ora-pro-nóbis, peixinho, serralha, taioba e vinagreira.

## Receita

### Bertalha com ovos

#### Ingredientes

4 ovos  
5 ramos de bertalha  
Óleo, sal e alho a gosto

#### Modo de preparo

1. Lave os ramos de bertalha e divida-os em duas ou três partes.
2. Em uma panela, coloque o óleo e o alho e aqueça levemente. Adicione os ramos de bertalha e o sal e, em seguida, tampe a panela, mantendo em fogo baixo por cinco minutos.
3. Quebre os ovos inteiros em cima da bertalha cozida e tampe novamente a panela, deixando por mais 2 ou 3 minutos para que os ovos cozinhem na própria água liberada pela hortaliça.

