

FICHA DA SEMENTE DE COENTROS

IDENTIFICAÇÃO

Nome da espécie/variedade: *Coriandrum sativum* L.

Local de recolha/origem: Toutosa – Marco de Canaveses

CUIDADOS AGRÍCOLAS

Época de sementeira: pode ser semeado em qualquer altura do ano.

Época de colheita: dois meses após a sementeira (duas a quatro semanas após plantação).

Condições necessárias ao desenvolvimento da planta: aprecia solos férteis e bem drenados, temperaturas amenas e exposição solar. Contudo, nas regiões mais quentes, prefere meia sombra. Esta planta não gosta de ser transplantada, pelo que a melhor opção é a sementeira. Recomenda-se um espaçamento de 30 a 40 cm.

UTILIZAÇÕES

Culinária: o seu sabor é intenso e pode ser utilizado como tempero ou condimento em sopas, saladas, pratos de carne e de peixe. Combina na perfeição com açordas e com marisco.

Medicina: a planta é conhecida sobretudo pelas suas propriedades digestivas e carminativas (eliminação de gases intestinais).

IMAGENS/FOTOGRAFIAS/ILUSTRAÇÕES



Semente



Planta