

FICHA DA SEMENTE DE MILHO

IDENTIFICAÇÃO

Nome da espécie/variedade: *Zea Mays* L./ milho amarelo

Local de recolha/origem: Toutosa – Marco de Canaveses

CUIDADOS AGRÍCOLAS

Época de sementeira: de abril a maio.

Época de colheita: durante o mês de setembro.

Condições necessárias ao desenvolvimento da planta: o milho prefere solos um pouco ácidos, com boa drenagem, adubados e com boa exposição solar. As sementes devem ser colocadas a cerca de 1 cm de profundidade e com um espaçamento de 20 a 30 cm. Necessita de uma rega regular para que o solo não fique seco.

UTILIZAÇÕES

Culinária: O milho tem diversas utilizações na culinária, pode ser utilizado para fazer pão e bolos. Também é utilizado em saladas e para fazer pipocas.

Medicina: apresenta um elevado teor de melatonina, substância produzida em pequenas quantidades pelo corpo, que tem propriedades antioxidantes e atrasa a degeneração das células. Além dos minerais, é rico em vitaminas do complexo B, essenciais para o bom funcionamento do sistema nervoso.

IMAGENS/FOTOGRAFIAS/ILUSTRAÇÕES



Semente



Planta