

FICHA DA SEMENTE

Identificação

Nome da espécie/variedade: Alho-francês

Local de recolha/origem: Horta da escola

Cuidados agrícolas

Época de sementeira: pode ser semeado ao longo de todo o ano.

Época de colheita: pode ser colhido ao longo de todo o ano.

Condições necessárias ao desenvolvimento da planta: Adapta-se a qualquer clima, mas prefere os amenos e húmidos. Gosta de sol e requer humidade constante.

Utilizações

Utilização na culinária - O alho-francês é utilizado em sopas, purés, refogados ou cru em saladas.

Utilização na medicina – É uma hortícola rica em vitaminas A e B, em potássio, cálcio e fósforo. Tem propriedades anti-inflamatórias e anticancerígenas. Ajuda no controlo da diabetes e na prevenção de doenças cardiovasculares, reduzindo os níveis do “mau” colesterol.

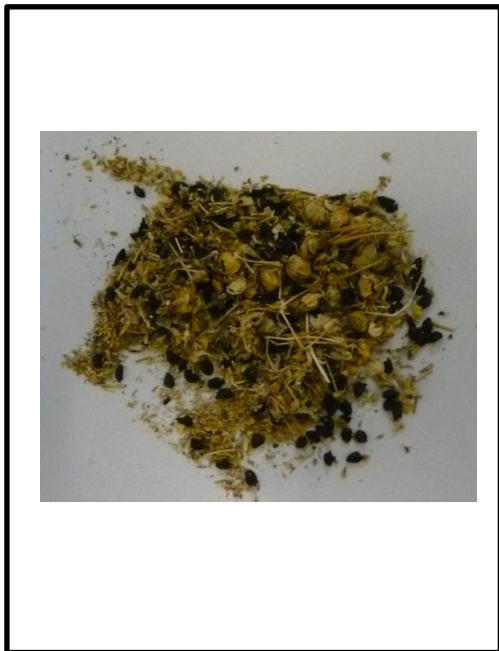


Imagem da semente



Desenvolvimento da planta