

# FICHA DA SEMENTE

## Identificação

**Nome da espécie/variedade:** Ervilha

**Local de recolha/origem:** Horta da escola

## Cuidados agrícolas

**Época de sementeira:** outono/inverno

**Época de colheita:** primavera (cerca de 70 dias após o nascimento das plantas)

**Condições necessárias ao desenvolvimento da planta** - É uma planta anual, semeada em local definitivo. Gosta de solos férteis e bem drenados. É uma cultura de inverno, resistente a baixas temperaturas. Precisa de ser estacada com galhos ou canas de bambu.

## Utilizações

**Utilização na culinária** – As ervilhas são consumidas frescas, secas, congeladas ou enlatadas. Podem ser utilizadas em sopas, purés, saladas de legumes e ainda como acompanhamento em pratos de carne ou peixe ou ainda como recheio de panquecas, omeletes ou tortas.

**Utilização na medicina** - As ervilhas são ricas em vitamina A, B e C e, além disso contêm cobre, cálcio, fósforo, ferro e potássio, Têm ainda propriedades medicinais como analgésico, anti-inflamatório, antirreumático e antibiótico.



Imagem da semente



Desenvolvimento da planta