**FICHA DA SEMENTE**

**Identificação**

Nome da espécie/variedade: Grão-de-bico

Local de recolha/origem: Horta dos primos do Quim - Janeiro de Cima

**Cuidados agrícolas**

Época de sementeira: março-abril.

Época de colheita: De julho-agosto, quando os grãos apresentam cor loura, prestes a secar.

**Condições necessárias ao desenvolvimento da planta**: **Solos** ricos em calcário, bem drenados e fundos. **Temperaturas:** Ótimas: 15-20ºC Min: -3ºC Max:

**Exposição solar:** Luz plena.

**Utilizações**

**Utilização na culinária:** Vários pratos da culinária como bacalhau, rancho, etc. Também pode ser utilizada para alimentação animal (toda a planta), engorda os animais e influi sobre a produção e boa qualidade do leite.

**Utilização na medicina:** Ajuda a reduzir a absorção de colesterol no intestino; Fortalece o sistema imunológico Ajuda a manter a saúde dos músculos, por ser rico em proteínas; Ajuda a combater a depressão; Melhora o trânsito intestinal, por ser rico em fibras; Ajuda a prevenir anemias, por ser rico em ferro e ácido fólico.

**Imagens/fotografias/ilustrações**

Imagem da semente Desenvolvimento da planta