**FICHA DA SEMENTE**

**Identificação**

**Nome da espécie/variedade**: Curgete

**Local de recolha/origem:** Horta do professor

**Cuidados agrícolas**

**Época de sementeira:** Primavera

**Época de colheita:** Primavera/verão

**Condições necessárias ao desenvolvimento da planta:** Solo fértil. Rega abundante

**Utilizações**

**Utilização na culinária:** sopa, estufados, grelhados, …

**Utilização na medicina**: Antioxidante É uma fonte de magnésio e vitamina C. Também possui uma boa quantidade de potássio e água, o que evita o aparecimento de cãibras nos membros inferiores.

**Imagens/fotografias/ilustrações**

Imagem da semente Desenvolvimento da planta