**FICHA DA SEMENTE**

**Identificação**

**Nome da espécie/variedade**: Abóbora-menina

**Local de recolha/origem:** Horta do professor – Ferreira do Zêzere

**Cuidados agrícolas**

**Época de sementeira:** Fevereiro, março, abril

**Época de colheita**: Verão/outono

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

**Utilizações**

**Utilização na culinária:** sopas, doces, compotas, fritos, tartes, pudins, bolos, filhós, cremes.

**Utilização na medicina:** **Prisão de ventre e hemorróidas.** As sementes de abóbora são boas para o coração porque ajudam a baixar os níveis de colesterol uma vez que têm antioxidantes.

**Imagens/fotografias/ilustrações**

Imagem da semente Desenvolvimento da planta