

FICHA DA SEMENTE DE GRÃO-DE-BICO

IDENTIFICAÇÃO

Nome da espécie/variedade: *Cicer arietinum*

Local de recolha/origem: Toutosa (Marco de Canaveses)

CUIDADOS AGRÍCOLAS

Época de sementeira: Março-abril.

Época de colheita: Julho-Agosto, quando os grãos apresentam cor loura, prestes a secar.

Condições necessárias ao desenvolvimento da planta: O grão-de-bico prefere solos de textura sílico-argilosa, ricos em nutrientes e matéria orgânica, profundos, bem drenados, com um pH próximo ao neutro ou alcalino, entre os 6 e 9, e com baixa salinidade. Os tratos culturais mais importantes são a limpeza regular do terreno, deixando-o livre das invasoras.

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: Esta leguminosa previne doenças vasculares tais como pressão e colesterol altos. Também é usado para tratar anemia. O grão-de-bico tem um aminoácido chamado triptofano que produz a serotonina que é responsável pela sensação de bem-estar, auto confiança e satisfação em nosso cérebro. Combate a depressão e problemas de sono.

O grão tem vitaminas C e E, ácido fólico e antioxidantes que previnem vários tipos de cancros. Alimentos que têm esses itens, reduzem muito a possibilidade das células saudáveis sofrerem mutações e desenvolverem o câncer. E também por ter saponinas, o grão de bico previne o cancro de mama.

IMAGENS/FOTOGRAFIAS/ILUSTRAÇÕES

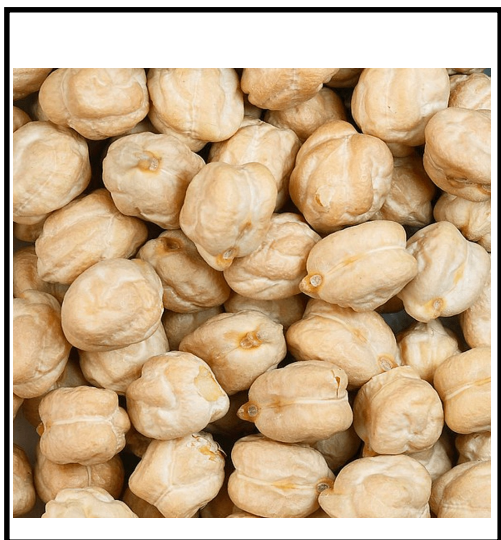


Imagem da semente



Desenvolvimento da planta