

FICHA DA SEMENTE DE FAVA

IDENTIFICAÇÃO

Nome da espécie/variedade: *Vicia faba*

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

CUIDADOS AGRÍCOLAS

Época de sementeira: No fim do outono e princípio do inverno

Época de colheita: Entre março e abril, 90 a 120 dias depois da sementeira.

Condições necessárias ao desenvolvimento da planta: As favas adaptam-se a variados tipos de solos, mas preferem solos profundos com textura média, ricos em matéria orgânica e boa capacidade de retenção de líquidos. O pH ideal situa-se entre os 5,5 e 7,5. Têm tolerância moderada à salinidade e à acidez.

Aprecia uma exposição solar direta, pelo menos algumas horas por dia.

É importante manter o terreno livre de ervas daninha, elas entram em competição com as faveiras, pelos nutrientes e pela água. As sachas e a amontoa devem ser realizadas na fase inicial da cultura, além de removerem as infestantes, permitem aliviar a compactação do solo e potenciar a circulação de ar pelas raízes.

UTILIZAÇÕES

Utilização na culinária: Ricas em proteínas e hidratos de carbono, eram e ainda são muito apreciadas em meios agrários que exigem longas jornadas de trabalho físico. São utilizadas em sopas, guisados e estufados.

Utilização na medicina: São diuréticas, favoráveis ao tratamento da gota, problemas de obstipação, do fígado, pele e rins. Para tal, pode fazer-se um chá dos ramos e sumidades floridas na proporção de 50 gramas para um litro de água e deixar cozer cerca de 15 a 20 minutos. O chá feito só com as flores, numa infusão de 25 gramas para 1 litro de água, é calmante e serve também para aliviar problemas de reumático, cálculos renais e hepáticos.

IMAGENS/FOTOGRAFIAS/ILUSTRAÇÕES

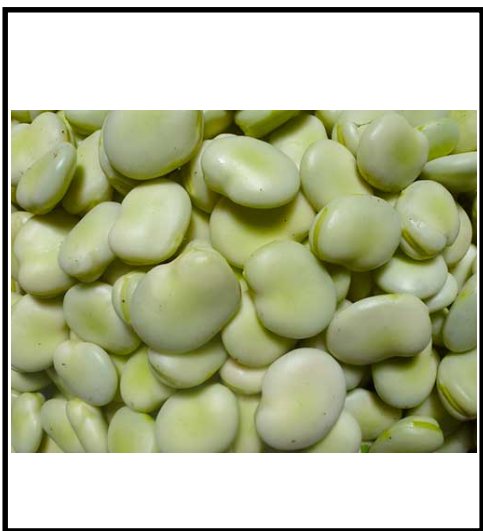
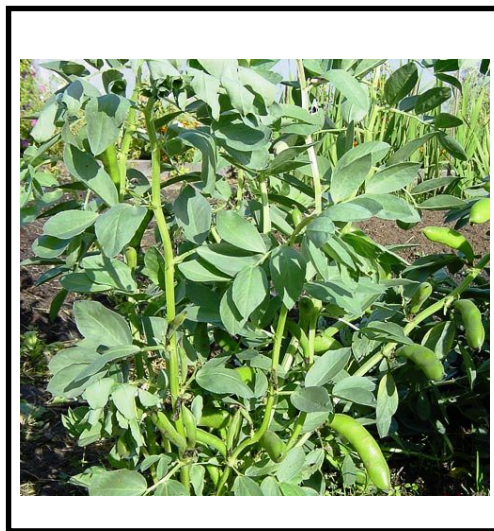


Imagem da semente



Desenvolvimento da planta