

Dez!

ALUNOS: Flavia Fernandes, Stefany Eduarda

ANO: 8 ano

E

TURMA:

Fruto do Cerrado: Jabuticaba

Descrição do fruto: É uma baga redonda ou arredondada, em regra roxo, escura, com polpa esbranquiçada doce, saborosíssima, envolvendo 1 a 4 sementes. Também há jabuticabas listradas de roxo ou vermelho, quase negro, com listra roxas ou vermelhas.

Época de frutificação: Floresce duas vezes ao ano: de julho a agosto e de novembro a dezembro.

Principais características nutricionais do fruto: Fruta com elevado valor nutritivo, é riquíssima em vitaminas do complexo B, principalmente B2 e Niacina, aparecendo em menor quantidade a vitamina C e, ainda, sais minerais como Ferro, Cálcio e Fósforo.

Função do nutriente no organismo humano: As vitaminas do Complexo B tem como principais funções evitar problemas de pele, reumatismo, são essenciais ao crescimento e evitam a queda dos cabelos. A vitamina C dá resistência aos tecidos e age contra infecções; e os sais minerais são importantes para o organismo porque contribuem para a formação dos ossos, dentes e sangue.

Receita: Suco de jabuticaba.

Foto da árvore:



Foto do Fruto:

