

# ANTROPOLOGIA: ERVAS, ESPECIARIAS E TEMPEROS NO BRASIL

Alice Fernandes Moraes  
John Aquila Damaceno Schimitberger  
Laura Aparecida Perim da Cruz  
Rafael Neves Barboza  
Raquel Perim Pereira

Professora Orientadora:  
Danielle Cabrini

# SUMÁRIO

UMA BREVE INTRODUÇÃO.....	02
REGIÃO NORTE.....	04
REGIÃO NORDESTE.....	10
REGIÃO CENTRO-OESTE.....	16
REGIÃO SUDESTE.....	22
REGIÃO SUL.....	29
REFERÊNCIAS.....	34

# UMA BREVE INTRODUÇÃO

*"O alimento é como uma grande moldura; mas a comida é o quadro, aquilo que foi valorizado e escolhido dentre os alimentos."*

Iniciamos este E-book com a citação de Roberto Damatta em seu livro "O que faz o Brasil, Brasil?". Em um país de território tão extenso como este, um Brasil de Brasis, em que âmbito o ato de alimentar-se, considerado por vezes meramente biológico, se encontra como um marco identitário?

Em um pedaço de terra correspondente a mais de 8.500.000 Km<sup>2</sup>, diversos alimentos são plantados, cultivados e apreciados pelos povos dispersos até mesmo pelos menores estados. Dentre eles, se dispõem as mais variadas especiarias, ervas e temperos. Entretanto, estes nem sempre se fazem presente no prato de todos os brasileiros, e um dos pretextos encontrados para isso são as ideias de identidade e cultura.

Nem tudo que possui valor nutricional e é passível de contribuir com o metabolismo humano carrega por diferentes grupos o mesmo senso de comestibilidade. Por trás daquilo que se come existem vieses climáticos, culturais, históricos, sociais e, além de tudo, gustativos. Os alimentos que levamos à boca fazem parte de um mapa capaz de indicar quem somos, de onde viemos e aonde estamos. E estes, quando se encontram em receitas nos quais um dos ingredientes são as próprias mãos de uma população, se transformam em comida, exalando regionalidade e identidade.

Nas próximas páginas, temperos, ervas e especiarias estarão dispostos de acordo com o seu uso regional, a fim de prestigiar os alimentos que dão sabor e caracterizam os diversos pratos típicos da culinária brasileira.

# região NORTE

Conhecida por deter a maior extensão territorial do Brasil, a região Norte carrega consigo outras grandezas além da sua dimensão local: a sua culinária. Possuidora de uma cozinha responsável por exalar cultura e identidade, ela traz para a contemporaneidade o tradicionalismo culinário indígena que, apesar das mais diversas influências gastronômicas advindas da globalização, manifesta força e resistência.

Por meio da coleta de recursos oferecidos pela Floresta Amazônica e seus mastodônticos rios, as comunidades da região transformam seus alimentos e especiarias em pratos-totêmicos, recheados de história e de vida.

# AÇAÍ

O açaí é uma especiaria nativa da floresta amazônica brasileira, sendo o Brasil seu principal produtor, consumidor e exportador. Um fruto bastante benéfico à saúde humana, pois sua composição nutricional tem a capacidade de auxiliar na prevenção do envelhecimento celular, doenças degenerativas e é um ótimo antioxidante e anti-inflamatório. Nos estados do Amazonas e do Pará, além dos outros da região amazônica, o açaí é consumido principalmente acompanhado de farinha de tapioca, peixes e camarão, ou em forma de suco e vinho. Já o pirão da fruta também ganha lugar na mesa, assim como a geleia, sorvetes e doces. Além disso, o açaí tem grande importância econômica, pois a bebida obtida a partir de seus frutos tem consumo regional elevado, e a exportação tem aumentado muito nos últimos anos.

*Receita: Açaí com Peixe Frito*



## PIMENTA DO REINO

Trazida das Índias pelos portugueses, a pimenta-do-reino adaptou-se plenamente às condições climáticas brasileiras. Sendo uma planta trepadeira herbácea e perene, sendo comumente conduzida com tutoramento até cerca de 2 metros de altura. Produz pequenos frutos do tipo drupa, em cachos. Para a pimenta-do-reino preta, os frutos são colhidos ainda verdes e deixados para secar ao sol. É muito utilizada moída no país como um todo, principalmente na região norte, além de um medicamento natural que contém propriedades analgésicas, anti-inflamatórios e cicatrizante no caso de úlceras. Atuando também na prevenção do câncer, combate a depressão, a obesidade, e hipertensão. Aquele sabor picante da pimenta contém atributos que beneficiam a saúde.

*Receita: Pato no tucupi com pimenta do reino.*



# TUCUMÃ

O tucumã, também conhecido como tucumã-do-pará, é um fruto de uma palmeira de caule simples, revestido de espinhos ao longo do tronco e que mede aproximadamente de 10 a 15 metros, mas pode passar dos 20 metros de altura em alguns casos. O tucumã é presente nos estados da Amazônia, Acre, Pará, Rondônia e Roraima, e possui diversas utilidades, tais como: isca pelos pescadores, anéis pelos jovens e sua semente é utilizada pelas crianças em algumas brincadeiras como "jogar peteca", além de apresentar grande valor socioeconômico para a Amazônia. Vale ressaltar também que o tucumã é uma boa fonte de energia, vitamina A, possui compostos bioativos e atividade antioxidante agregando um maior valor nutricional na alimentação.

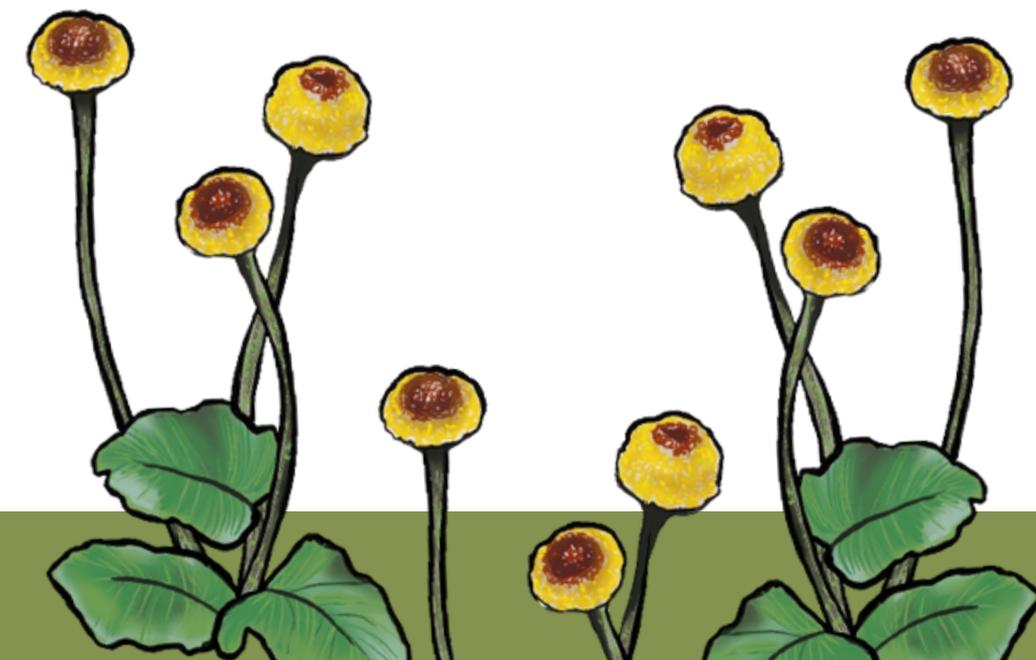
*Receita: Munjica de Tucumã da Graça*



# JAMBU

O Jambu é uma planta herbácea, de 30 a 60 cm de altura, semi ereta ou quase rasteira, também conhecida como Agrião-do-Pará, Agrião-do-Norte e Jamburana. O Jambu pode ser encontrado em hortas domésticas, é cultivado com finalidades comerciais por pequenos agricultores e atualmente utilizado/comercializado na área de cosméticos devido ao seu princípio ativo, o espilantol. Porém, sua principal utilização é como temperos em pratos típicos da região norte e na medicina popular. Além disso, uma característica bastante marcante dessa hortaliça é seu gosto peculiar e suas flores que produzem uma sensação de formigamento na boca.

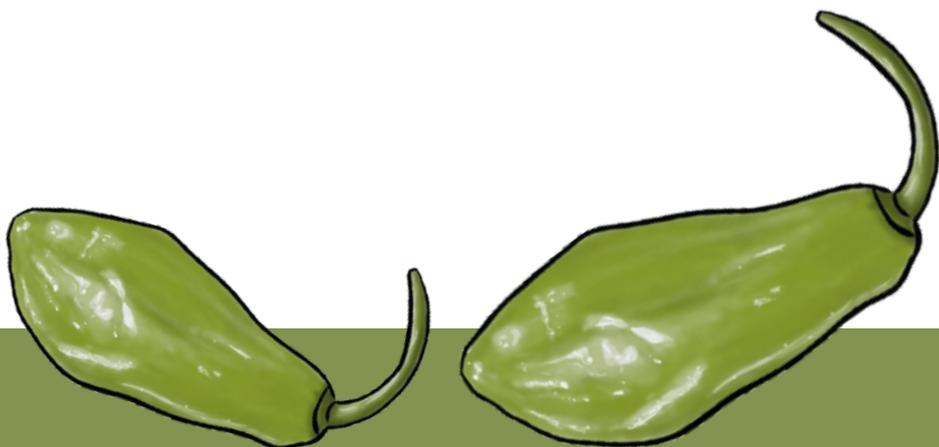
*Receita: Arroz com Jambu e Tucupi*



## PIMENTA DE CHEIRO

A pimenta de cheiro (*Capsicum chinense* Jacq) é um tipo de pimenta com cerca de 4 cm de tamanho. Quando amadurecida, apresenta coloração amarelada. Embora apresente um sabor relativamente ardido, ela é aromática. Pertencente à família Solanaceae, pelo fato de exalar um aroma agradável e ter sabor característico, é um condimento muito utilizado na culinária das regiões do Norte. Esse tipo de pimenta é importante fonte de renda para pequenos produtores, muito usada no preparo de pratos que levam peixes e frutos do mar, sendo um alimento benéfico à saúde de quem a consome, indo além de seu sabor marcante.

*Receita: Peixe na Telha*



# região NORDESTE

Uma região que sustenta em seu patrimônio a singularidade de ser muitas. Como observado por Carlos Garcia em seu livro “O que é o Nordeste Brasileiro”: o Nordeste é uma região de contrastes. Detentor de uma culinária movida por influências indígenas, portuguesas e africanas, sua cozinha é moldada de acordo com o clima, acessibilidade, contextos econômicos e demais questões antropológicas.

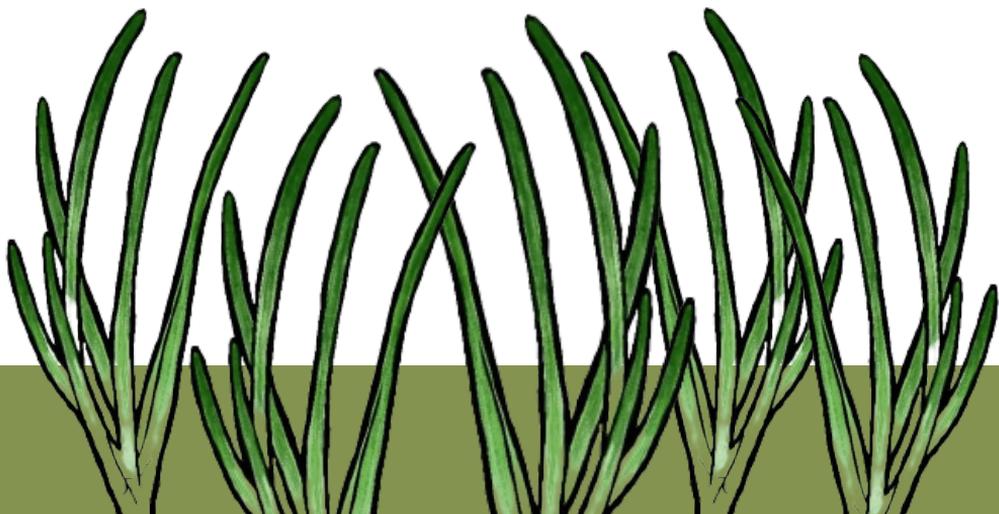
Em sub-regiões nas quais o clima quente e as secas são predominantes, plantas e animais considerados resistentes a essas condições são criados para consumo. Entretanto, em localidades litorâneas da região, iguarias relacionadas à pesca e frutos do mar são especialmente presentes na culinária local.

Possuindo diversas faces, muito daquilo que se consome no Nordeste brasileiro é símbolo da identidade do seu povo, que bem como sua região, não é só um.

# CEBOLINHA

A cebolinha é uma hortaliça, acaule e ereta, suas plantas se parecem com a cebola, porém com um número bem maior de folhas. São ricas em cálcio, Vitamina C e Vitamina A e são utilizadas com inúmeros alimentos, entre eles: carnes, peixes, frutos do mar, peixes, sopas e refogados a fim de acrescentar aroma e sabor aos pratos. Além disso, possui uma grande importância socioeconômica agregando em suma com a mão de obra familiar já que na maioria das vezes é cultivada em um sistema orgânico.

*Receita: Peixada Nordestina*



# COENTRO

O coentro é uma planta dicotiledônea, pertence à família apiaceae, anual, que pode atingir até 1 metro de altura, suas folhas são alternas e de coloração verde-brilhante. Rico em vitaminas, ótima fonte de ferro e cálcio, ajuda na digestão, protege contra infecções no trato urinário e entre outros. É utilizada em diversos molhos, sopas, saladas e no tempero de carnes e peixes principalmente no Nordeste e Norte brasileiro. Além disso, em alguns municípios, junto ao alface, seu plantio é destinado a venda em feiras livres, tornando-se uma ótima fonte de renda para muitas famílias e pequenos agricultores.

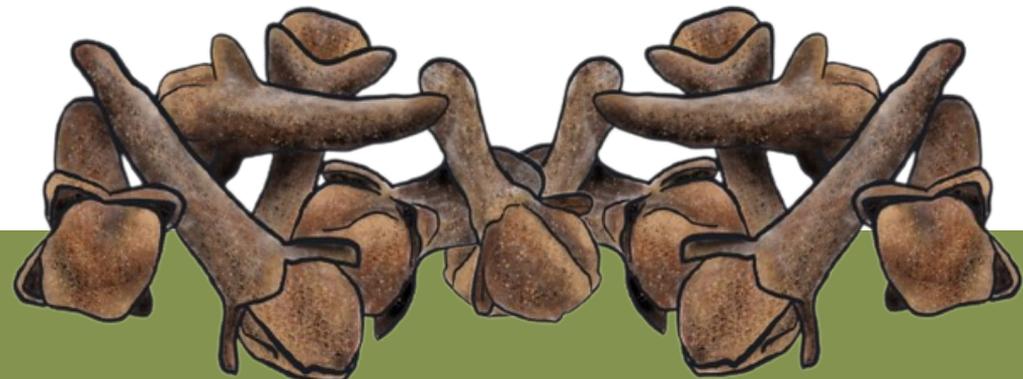
*Receita: Moqueca de Peixe com Leite de Coco, Coentro e Salsa*



# CRAVO DA ÍNDIA

O cravo que utilizamos na culinária é a gema floral seca, tem sabor e aroma intenso, e também é utilizado na fabricação de óleos essenciais. O cravo da Índia é da família Myrtaceae, é uma árvore de grande porte, chegando de 10 m a 15 m de altura e seu ciclo vegetativo é bastante longo. As folhas são semelhantes às do louro, ovais, opostas e de coloração verde brilhante. As flores são pequenas, branco avermelhadas, agrupadas em cachos. Os frutos são do tipo baga e de formato alongado, suculento, vermelho e comestíveis.

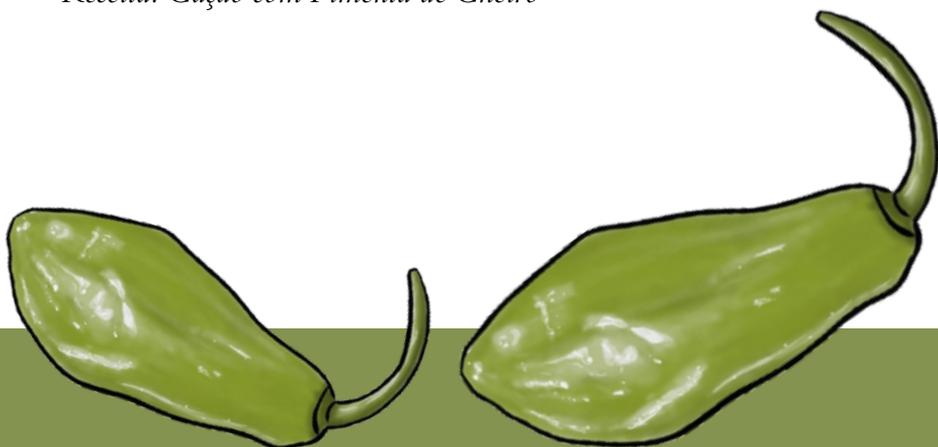
*Receita: Bolo Souza Leão*



## PIMENTA DE CHEIRO

O nome pimenta-de-cheiro é aplicado a diferentes pimentas que têm em comum o aroma acentuado, mas que diferem quanto ao formato, tamanho e picância dos frutos. Essas pimentas foram domesticadas pelos indígenas amazônicos. A pimenta-de-cheiro apresenta frutos com reentrâncias e tamanho médio de 6 cm de comprimento por 3 cm de largura. A polpa é bem fina e o fruto, oco por dentro, tem poucas sementes. O fruto é comercializado imaturo, quando apresenta cor verde-claro. Quando amadurece, torna-se laranja-claro, amarelo ou vermelho. É frequente encontrar no mercado frutos "de vez" misturados aos frutos verdes. Os frutos verdes são mais crocantes e firmes, duram mais e são mais aromáticos que os maduros. A pungência da pimenta-de-cheiro é considerada baixa, variando de 200 a 1.000 SHU – Unidades de Calor Scoville. No mercado brasileiro, essas pimentas são comercializadas a granel ou embaladas em bandeja de isopor com filme de plástico.

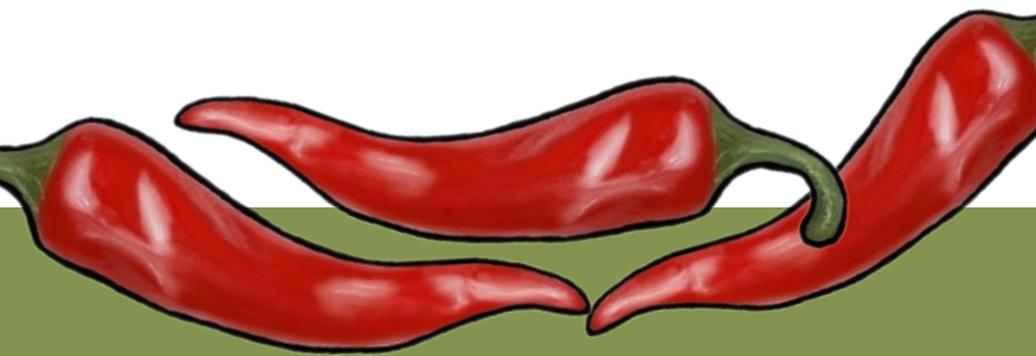
*Receita: Cação com Pimenta de Cheiro*



## PIMENTA MALAGUETA

Sendo uma das especiarias mais consumidas no mundo, a pimenta malagueta está presente na culinária brasileira há mais de 500 anos. Também é normalmente usada no Brasil, em especial no nordeste, para pratos populares temperados, como: acarajé, o vatapá e a famosa moqueca de camarão. Os molhos de malagueta também são muito apreciados, bem como a malagueta em conserva que combina perfeitamente com nosso tradicional arroz com feijão. Essa especiaria também é um poderoso antioxidante e fortalecedor do sistema imunitário e a crescente procura do mercado interno e externo pelas pimentas provocou a expansão da área cultivada em vários estados brasileiros.

*Receita: Acarajé*



# região

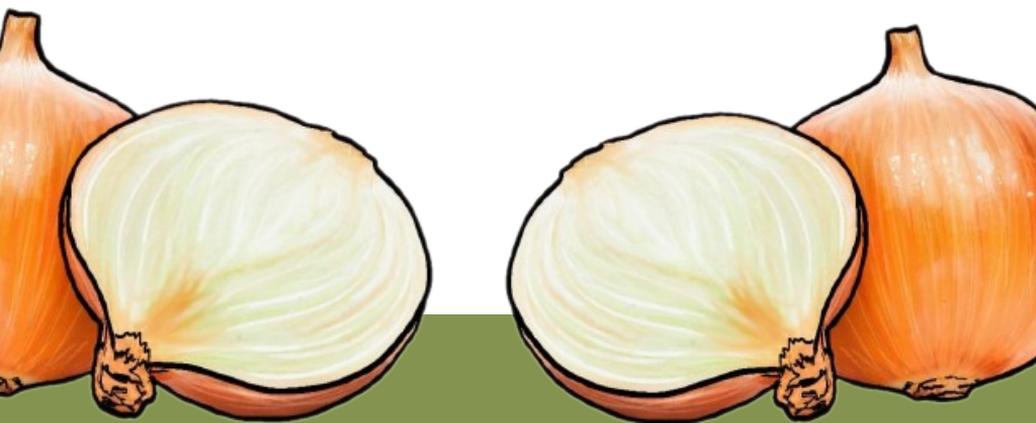
## CENTRO-OESTE

O Centro-oeste é formado por uma cozinha basicamente indígena, mas que, entretanto, também possui influências mineiras e paulistas. Sendo uma região banhada por duas bacias hidrográficas (Amazônia e do Prata), consome diversos produtos advindos da caça e da pesca. Estes e outros alimentos comumente consumidos no Centro-oeste, misturados às mais diversas especiarias, ervas e temperos, se tornam pratos regionais que fazem parte da identidade cultural da região.

# CEBOLA

A cebola é uma planta que pode ser utilizada de diferentes formas, sendo elas como tempero para realçar o sabor dos demais alimentos presentes no prato, em saladas, sopas, patês e consumida de forma in natura ou processada. Uma curiosidade muito relevante a seu respeito é que cerca de 89% da cebola é composta de água e é muito rica em celulose, vitaminas (complexo B, principalmente B1 e B2, e vitamina C), proteínas e minerais. Vale ressaltar também que a cebola é considerada a terceira hortaliça mais produzida no mundo e sua comercialização se concentra no mercado interno, assim considerada extremamente importante na socioeconomia e típica de propriedades familiares pequenas e médias.

*Receita: Cozidão*



# SALSA

A salsa também conhecida como salsa de cheiro, salsinha e *Petroselinum Crispum* (nome científico) pode atingir cerca de 15 cm de altura, é uma erva aromática, que se originou no Mediterrâneo e hoje se tornou muito utilizada no Brasil como condimento, temperos e para ornamentação de pratos. É tida como anti-inflamatória para o trato urinário e combatente de doenças gástricas, fúngicas e bacterianas. Além disso possui grande valor comercial por ser utilizada no dia a dia e sua colheita pode ser feita de 50 a 90 dias após ser semeada.

*Receita: Caribéu Pantaneiro*



# CÚRCUMA EM PÓ

A *Curcuma longa* L. é uma planta pertencente à família das Zingiberaceae, popularmente conhecida como açafrão da Índia, açafrão, açafroa, açafrão-da-terra, cúrcuma. Trata-se de uma planta herbácea, perene, de folhas grandes e longas e rizomas ovóides que podem alcançar até 10 cm de comprimento. Quando cortados apresentam coloração amarelo avermelhado. Composta por flores amarela ou branca dispostas em espigas compridas. Exala cheiro forte, porém agradável e apresenta sabor picante e aromático. A parte da planta comumente utilizada são raízes/rizomas que são empregados como corante alimentício, tempero ou condimento alimentar. A *Curcuma longa* L. apresenta potente ação anti-inflamatória sem contar diversos outros benefícios como ação antidiarreica, diurética, antiescorbútica, antiespasmódica, hepatoprotetora e outras.

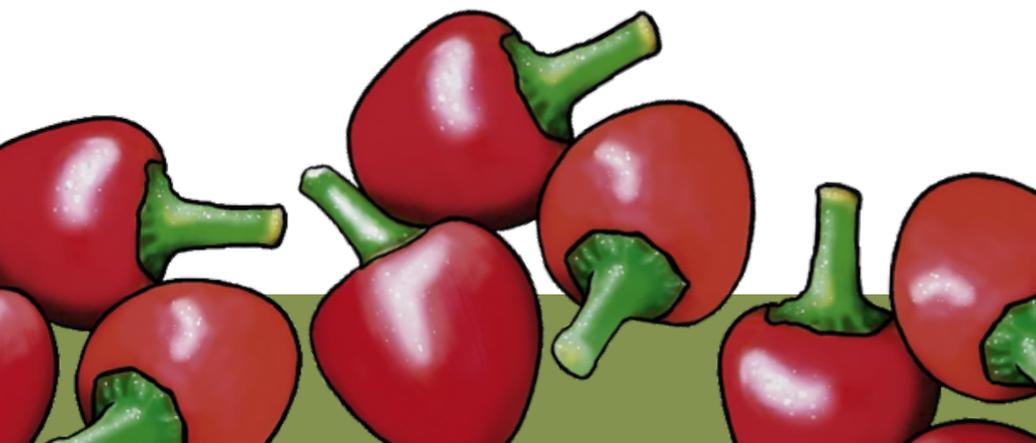
*Receita: Arroz com Cúrcuma*



## PIMENTA BODE

A pimenta tekila (*Capsicum chinense*) da variedade bode vermelha é originária do Brasil, conhecida por apresentar pungência altamente picante e um aroma acentuado, onde pode ser cultivada tanto em ambiente protegido como em campo aberto. Os frutos são utilizados como condimento no preparo de diversas iguarias e quando maduros, em conservas. Sendo Ela considerada a mais brasileira de todas as espécies domesticadas.

*Receita: Conserva de Pimenta Bode*



## PEQUI

Pequi (*Caryocar brasiliense* Camb.) é uma especiaria nativa do Brasil e pode ser encontrada nas regiões da Amazônia, Caatinga, Cerrado e Mata Atlântica. Sua polpa pode ser usada em pratos salgados, como arroz e frango, e até mesmo em pratos doces, como sorvetes. O pequi tem um alto teor de (provitamina A), riboflavina (vitamina B2), fósforo, ferro e cobre, sendo um ótimo aliado na alimentação saudável. Seu uso é tradicionalmente utilizado em pratos do Cerrado brasileiro, como no arroz de pequi Goiano.

*Receita: Arroz de Pequi Goiano*



# região SUDESTE

Responsável por abrigar as metrópoles globais brasileiras, no Sudeste o alimento é fruto da identidade de locais, e também de imigrantes, que juntos singularizam a região, tornando-a aquela que dispõe do maior número populacional de habitantes.

Num Brasil recém-descoberto, esta parte do país se tornou palco do desenvolvimento de uma culinária elaborada por indígenas e portugueses, na qual a mistura de conhecimentos culinários, concomitante ao uso de ingredientes nativos, construía aos poucos uma cozinha rica em diversidade e sabores.

# COENTRO

O coentro é uma planta dicotiledônea, pertence à família apiaceae, anual, que pode atingir até 1 metro de altura, suas folhas são alternas e de coloração verde-brilhante. Rico em vitaminas, ótima fonte de ferro e cálcio, ajuda na digestão, protege contra infecções no trato urinário e entre outros. É utilizada em diversos molhos, sopas, saladas e no tempero de carnes e peixes principalmente no Nordeste e Norte brasileiro. Além disso, em alguns municípios, junto ao alface, seu plantio é destinado a venda em feiras livres, tornando-se uma ótima fonte de renda para muitas famílias e pequenos agricultores.

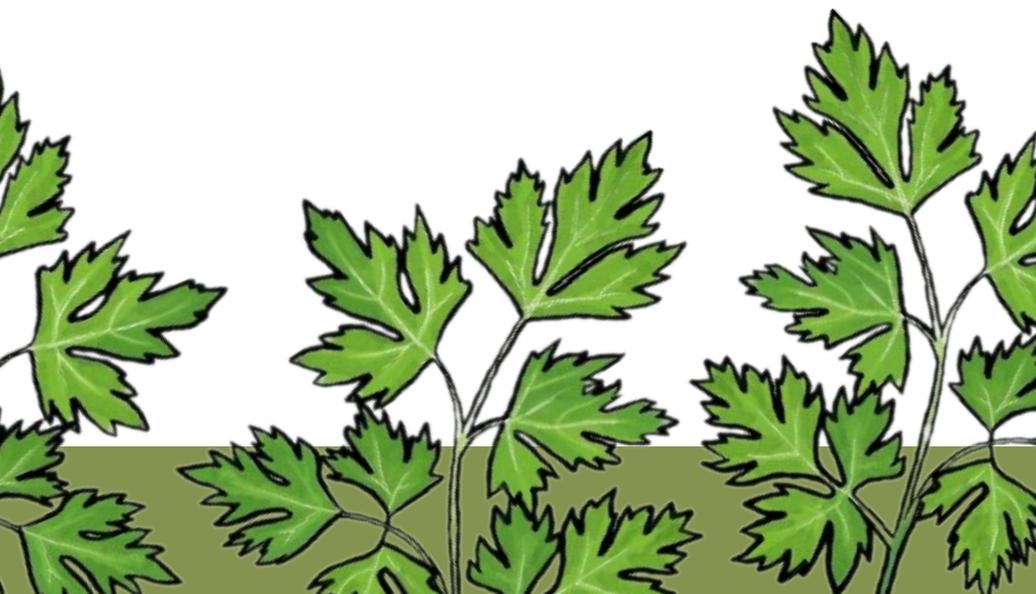
*Receita: Chuleta Na Brasa com Sal Alho, Coentro e Cominho.*



# SALSA

A salsa também conhecida como salsa de cheiro, salsinha e *Petroselinum Crispum* (nome científico) pode atingir cerca de 15 cm de altura, é uma erva aromática, que se originou no Mediterrâneo e hoje se tornou muito utilizada no Brasil como condimento, temperos e para ornamentação de pratos. É tida como anti-inflamatória para o trato urinário e combatente de doenças gástricas, fúngicas e bacterianas. Além disso possui grande valor comercial por ser utilizada no dia a dia e sua colheita pode ser feita de 50 a 90 dias após ser semeada.

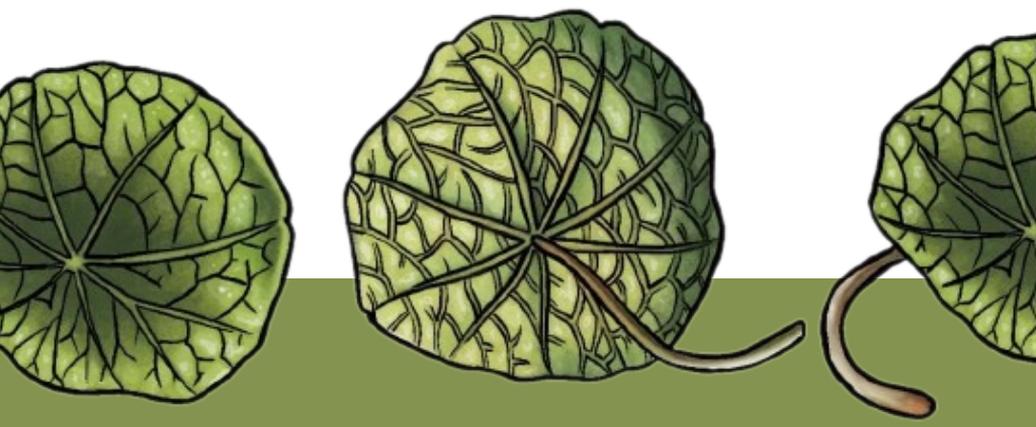
*Receita: Maionese Verde*



# AGRIÃO

O Agrião que possui o nome científico *Nasturtium officinale* é pertencente à família das Brassicaceae. É uma hortaliça tipo folha, rica em vitaminas, ferro, iodo e sais minerais, além de ser utilizado para auxiliar no tratamento de infecções do trato urinário, doenças periodontais, bronquites e icterícia seu ciclo de produção pode chegar em até 70 dias. Uma curiosidade a seu respeito é que ele é originário Sudeste da Ásia e atualmente no Brasil existem duas regiões que se destacam na produção do agrião, a região serrana do Rio de Janeiro onde Teresópolis é a maior produtora, e a região do Alto Tietê.

*Receita: Agrião Refogado*



# CAPIÇOBA

A capiçoba é da família botânica Asteraceae, sendo conhecida popularmente como cariçoba ou capiçova e cientificamente chamada de *Erechtites valerianifolius*. Essa espécie é bastante nutritiva por possuir ferro, zinco, fósforo e vitamina A. Pode ser refogada em molhos e caldos para o consumo. Por ser considerada uma nova espécie de planta comestível pode promover mudanças saudáveis nos hábitos alimentares.

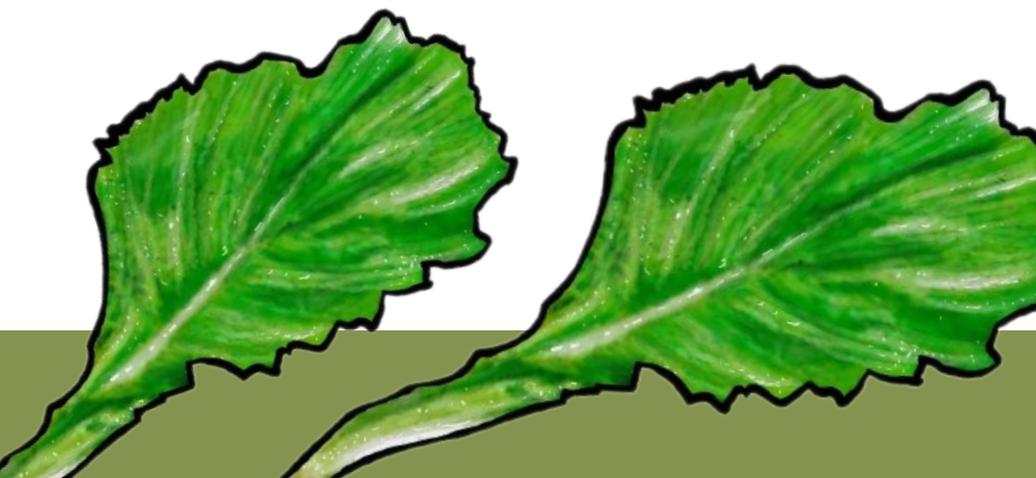
*Receita: Maria-Gondó*



## MOSTARDA-DE-FOLHA

A mostarda (*Brassica juncea*), da família Brassicaceae, é uma planta herbácea de caule ereto com folhas longas e estreitas que pode atingir até 1,5 m de altura. Sua propagação é realizada por sementes, colhendo-se com 50-70 dias após a semeadura. Suas folhas são usadas tradicionalmente em saladas, sopas e refogados. As sementes e folhas da mostarda contém compostos sulfurados, cálcio, zinco, potássio, vitamina E e vitamina K.

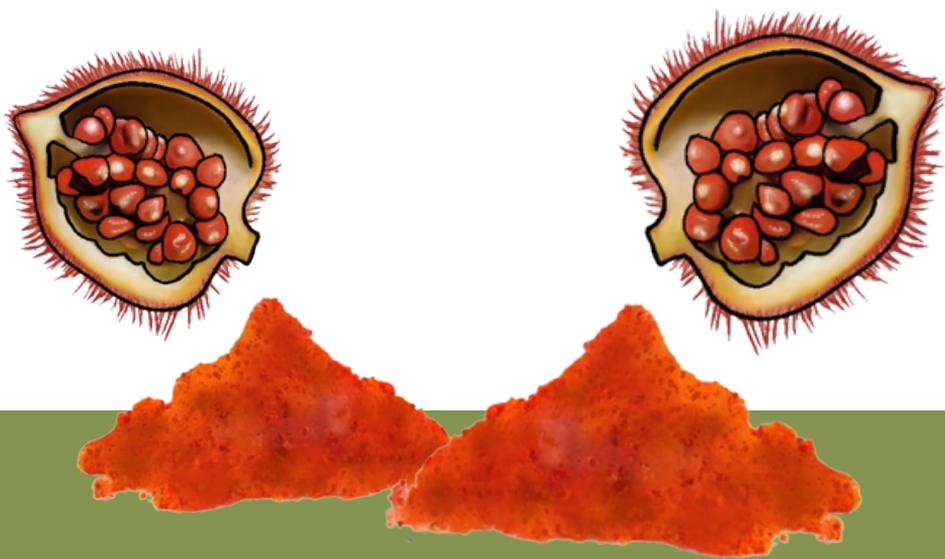
*Receita: Enroladinho de Mostarda-de-folha*



## COLORAU/URUCUM

O primeiro uso do pó de urucum foi como corante para pinturas corporais dos indígenas sul-americanos, o colorífico ou colorau é um condimento produzido a partir das sementes de urucum (*Bixa orellana*), seu consumo é muito versátil tanto como nas pinturas quanto nas panelas, sendo popular na região sudeste do Brasil, a especiaria se destaca. O tempero colorau, é comum nas receitas como substituto dos corantes químicos, trazendo consigo seu sabor suave. Um prato típico nordestino que usa o urucum, é a moqueca capixaba.

*Receita: Moqueca Capixaba*



# região S U L

O Sul brasileiro caracteriza-se por ser a menor região do país. Em contrapartida, esta possui uma cozinha extensa que abraça influências de diversos povos europeus. Isso se dá fortemente devido ao contexto climático local, que o torna propício para o cultivo e para a criação de algumas espécies de plantas e animais. Além disso, os países que fazem fronteira com a região também influem na culinária regional, fazendo com que a mesma seja formada por um intercâmbio de culturas e sabores.

## ERVA-MATE

A erva-mate que possui o nome científico *Ilex paraguariensis* é uma planta nativa de regiões com clima temperado. Por conter polifenóis, flavonoides, metilxantinas e saponinas possui grandes propriedades antioxidantes e pode diminuir o risco de doenças neurodegenerativas Doença de Alzheimer, assim muito benéfica aos consumidores. Além disso, ela vegeta nos municípios da região sul do Brasil e através das folhas da erva mate é possível obter-se o chimarrão, o tereré e chá's, bebidas popularmente conhecidas em todo o país e muito importantes para o desenvolvimento socioeconômico e ambiental desses municípios.

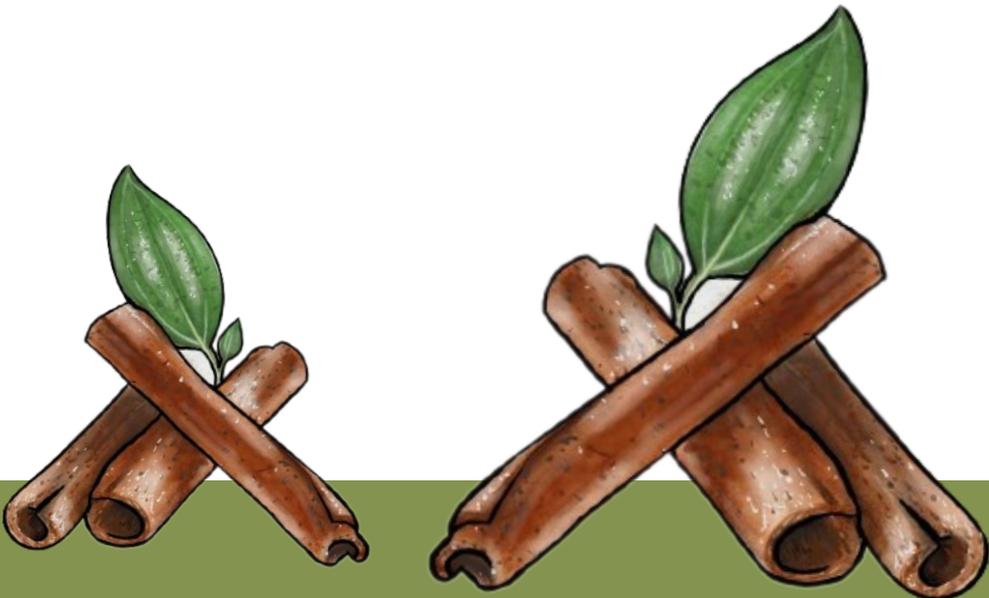
*Receita: Chimarrão*



# CANELA

A canela é proveniente de uma planta da família Lauraceae, nativa do Sri Lanka, Índia e Indonésia, dispersa por todo o Sudeste Asiático. Se tornou uma especiaria de relevante, em destaque no Brasil, por ser amplamente utilizada na culinária brasileira como condimento adicionando sabor a preparações doces ou salgadas. Outra característica muito marcante da canela é sua elevada concentração de compostos fenólicos e intensa atividade antioxidante, fazendo com que atualmente seja muito utilizada na fabricação de óleos essenciais e incensos pelas indústrias.

*Receita: Bolinho de Chuva com Canela*



## CRAVO DA ÍNDIA

O cravo-da-índia (*Eugenia caryophyllata* Thunb.) é uma espécie arbórea, nativa das Ilhas Molucas (Arquipélago da Insulíndia, Indonésia), possui odor fortemente aromático, sabor ardente e característico. Seu aroma ativo é um condimento versátil que pode ser usado tanto em pratos doces como em pratos salgados. É normalmente empregado no preparo de caldos, ensopados, doces, pudins, bolos, tortas de maçã, pães, vinhos e licores. Seu eugenol tem ação bactericida, o que o torna útil para preservar e compotas e conservas. Muito popular no Rio Grande do Sul, essa especiaria é tradicionalmente sulista.

*Receita: Arroz Doce*

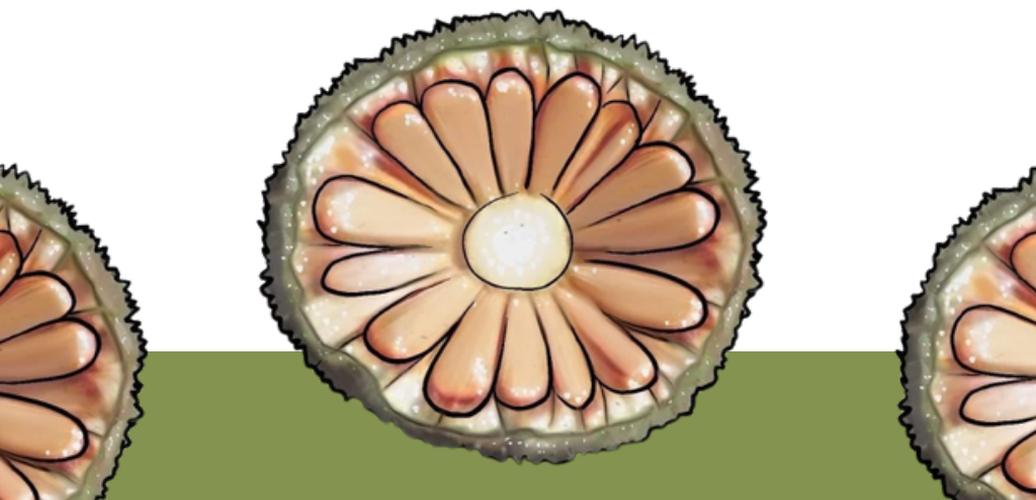


# PINHÃO

Pinhão é a designação da semente de várias espécies de pinaceas e araucariaceas, cuja semente não se encerra num fruto. O pinhão se forma dentro de uma pinha, fechada, que com o tempo vai-se abrindo até liberar o pinhão. A árvore responsável por ele destaca importância cultural, econômica e ambiental no sul. Destaca-se o consumo do pinhão, atividade tradicional da Serra Catarinense.

O pinhão é um alimento rico em fibras, carboidratos, proteínas e minerais como cobre, ferro, magnésio, zinco e fósforo. Na chapa ou cozida, a semente das araucárias é uma boa opção para snacks e até para consumo antes da prática de atividades físicas.

*Receita: Sopa de Pinhão e Carne Seca*



# REFERÊNCIAS

DA MATTA, Roberto. **O que faz o brasil, Brasil?**. Rio de Janeiro: Rocco, 1984.

SANTOS, Daianna Marques. **Gastronomia Brasileira**. Indaial: UNIASSELVI, 2019. E-book.

VIEIRA, GABRIELLE DO PRO ALVES; DA SILVA, JULIANA PAULO CANCIO; DE LOS SANTOS, MONICA PALOMINO. **Hábitos Alimentares da Região Norte do Brasil**. ANAIS CONGREGA MIC-ISBN 978-65-86471-05-2, p. 572-573, 2017.

CEDRIM, Paula Cavalcante Amélio Silva; BARROS, Elenita Marinho Albuquerque; NASCIMENTO, Ticiano Gomes do. Propriedades antioxidantes do açaí (*Euterpe oleracea*) na síndrome metabólica. **Brazilian Journal of Food Technology**, v. 21, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Alimentos regionais brasileiros** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. 2. ed. Brasília : Ministério da Saúde, 2015.

BERNARDINA, Camila. **A origem da pimenta do reino**. Prefeitura de São Paulo, 2013.

# REFERÊNCIAS

LEITE, Jadson Portal et al. **Elaboração e determinação de compostos bioativos em farofa temperada adicionada de farinha de tucumã** (*Astrocaryum vulgare*, Mart). 2022.

CYMERYYS, Margaret. **Tucumã do Pará. Frutíferas e plantas úteis na vida Amazônica**, p. 209-214, 2005.

BALIEIRO, Odiane Cunha. **“Avaliação da concentração de espilantol no jambu (*Acmella oleraceae*) por cromatografia líquida de alta eficiência”**. 1 CD-ROM, 2018.

SOUTO, Gilberta Carneiro. **Desempenho agrônômico a acúmulo de nutrientes pela planta de jambu**. dezembro de 2016.

MOREIRA, A. et al. **Fertilizantes e corretivo da acidez do solo em pimenta-de-cheiro (*Capsicum chinense*) cultivada no Estado do Amazonas (1ª aproximação)**. 2010.

HANADA, R. E. et al. **Ocorrência de *Colletotrichum* sp. em pimenta de cheiro (*Capsicum chinense*) no Amazonas**. 2011.

GARCIA, Carlos. **O que é Nordeste brasileiro**. Brasiliense, 2017.

AMARAL, Daiane et al. **Redescobrimo o nordeste**.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Josinaldo Lopes et al. Crescimento e nutrição mineral de cebolinha verde cultivada hidroponicamente sob diferentes concentrações de N, P e K. **Revista Ceres**, v. 63, p. 232-240, 2016.

MARCUZZO, Leandro Luiz; CARVALHO, Jaqueline. Avaliação de formulados biológicos no crescimento e manejo da raiz rosada em cebolinha-verde. **Summa Phytopathologica**, v. 44, p. 88-89, 2018.

DIAS, Francisca Hortência Couras. **FITONEMATOIDES ASSOCIADOS AO COENTRO *Coriandrum sativum* NO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA** - PB. 4 de dezembro de 2018.

SANTOS, Marcos Antonio Liodorio dos. **Produtividade e composição de óleo essencial de coentro em diferentes lâminas de irrigação e texturas de solo**, Universidade Estadual Paulista, outubro de 2018.

PEREIRA, Roseane S.; MUNIZ, Marlove FB; NASCIMENTO, Warley M. Aspectos relacionados à qualidade de sementes de coentro. **Horticultura Brasileira**, v. 23, p. 703-706, 2005.

CARVALHO, Sabrina; LANA, Milza; RIBEIRO, Cláudia. **Pimenta-de-cheiro | Muito aroma e pouca picância**. Embrapa, 2021.

# REFERÊNCIAS

REBOUÇAS, Tiyoko NH; VALVERDE, Renata; TEIXEIRA, Helmo L. Bromatologia da pimenta malagueta in natura e processada em conserva. **Horticultura Brasileira**, v. 31, p. 163-165, 2013.

OLIVEIRA, Valter Rodrigues; BOITEUX, L. S. Cultivo da cebola (*Allium cepa* L.). **Série sistemas de cultivo**, Embrapa RS, 2003.

DA EIRA AGUIAR, Adriano Tosoni et al. **Instruções Agrícolas para as Principais Culturas Econômicas**. 2014.

HEREDIA Z, Néstor A. et al. Produção e renda bruta de cebolinha e de salsa em cultivo solteiro e consorciado. **Horticultura Brasileira**, v. 21, p.574-577, 2003.

DE ALMEIDA, Ana Paula. Saúde no tempero. **Ciência Hoje**, v. 42, n. 249.

APARECIDA, Joana et al. **Elaboração de salsa desidratada**.

MARCHI, J. P.; TEDESCO, L.; MELO, A. da C.; FRASSON, A. C.; FRANÇA, V. F.; SATO, S. W.; LOVATO, E. C. W. *Curcuma longa* L., o açafrão da terra, e seus benefícios medicinais. **Arq. Cienc. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 20, n. 3, p. 189-194, set./dez. 2016.

# REFERÊNCIAS

SILVA, LEONARIA; FEITOSA, HERNANDES; CARVALHO, CLAYTON; SOUZA RAFAEL; FEITOSA, SIMONE; ALC NTARA, PATRÍCIA. Produção da pimenta tekila bode vermelha irrigada com efluente tratado sob diferentes concentrações. **Revista AGROTEC** – v. 36, n. 1, p. 9-17, 2015.

KERR, Warwick Estevam; SILVA, Francisco Raimundo da; TCHUCARRAMAE, Bdijai. Pequi (Caryocar Brasiliense Camb.): informações preliminares sobre um pequi sem espinhos no caroço. **Revista Brasileira de Fruticultura**, v. 29, p. 169-171, 2007.

DE ALMEIDA, Semiramis Pedrosa; DA SILVA, J. A. **Piqui e buriti: importância alimentar para a população dos cerrados**. 1994.

PEREIRA, Wander Lopes et al. **GASTRONOMIA BRASILEIRA–REGIÃO SUDESTE**. **Revista de trabalhos acadêmicos - Universo Campos dos Goytacazes**, v. 1, n. 10, 2018.

DIAS, Francisca Hortência Couras. **FITONEMATOIDES ASSOCIADOS AO COENTRO** *Coriandrum sativum* NO MUNICÍPIO DE LAGOA SECA - PB. 4 de dezembro de 2018.

## REFERÊNCIAS

SANTOS, Marcos Antonio Liodorio dos. Produtividade e composição de óleo essencial de coentro em diferentes lâminas de irrigação e texturas de solo, Universidade Estadual Paulista, outubro de 2018.

PEREIRA, Roseane S.; MUNIZ, Marlove FB; NASCIMENTO, Warley M. Aspectos relacionados à qualidade de sementes de coentro. **Horticultura Brasileira**, v. 23, p. 703-706, 2005.

HEREDIA Z, Néstor A. et al. Produção e renda bruta de cebolinha e de salsa em cultivo solteiro e consorciado. **Horticultura Brasileira**, v. 21, p.574-577, 2003.

DE ALMEIDA, Ana Paula. Saúde no tempero. **Ciência Hoje**, v. 42, n. 249.

APARECIDA, Joana et al. **Elaboração de salsa desidratada.**

econômica na implantação do agrião em pequena propriedade no Alto Tietê/SP. **Tekhne e Logos**, v. 8, n. 3, p. 67-82, 2017.

CECONI, Diana Paula; CHIELLE, Eduardo Ottobelli; VIDIGAL, Tiago Mateus Andrade. Prevalência de enteroparasitoses em amostras de agrião comercializadas no extremo-oeste de Santa Catarina. **Unoesc & Ciência-ACBS**, v. 10, n. 1, p. 85-92, 2019.

# REFERÊNCIAS

GARCIA NETO, Júlio. Concentrações e fontes de silício foliar na produção e na qualidade do agrião e do almeirão. 2018

JÚNIOR, PAULO; LIMA, THAYANE; SILVA, MARCELLA; FRANÇA, ISRAEL, PEREIRA, SCHIRLEY; OLIVEIRA, THÁRCIA. Plantas alimentícias não convencionais como alimento funcional: Uma revisão bibliográfica. **An Fac Med Olinda**, Recife, 2019.

SOUZA, LUÍS; SILVA, NILCILÉIA; UCHÔA, THAYS; ALMEIDA, WALDIANE; FERREIRA, REGINA; NETO, SEBASTIÃO. Aumento de produtividade de mostarda-folhas utilizando mudas de alta qualidade produzidas com substratos alternativos. Universidade Federal do Acre, 2017.

BARRÊTO, Rosania Lima. Determinação das propriedades físicas do colorau e dos grãos do urucum (*Bixa orellana* L.) para elaboração de projeto de pressões e fluxo em silos. 1997.

FERREIRA, Manuela; MERLO, Patrícia. Moqueca Capixaba. **Revista Brasileira de Gastronomia**, v. 2, n. 1, p. 07-25, 2019.

TOMAZONI, Ana Maria Ruiz. GASTRONOMIA BRASILEIRA: olhares para origem e contexto histórico. **Turismo Gastronomia 'sem fronteiras'**, p. 15, 2022.

# REFERÊNCIAS

DE OLIVEIRA, Yeda Maria Malheiros; ROTTA, Emilio. **Área de distribuição natural de erva-mate (*Ilex paraguariensis* St. Hil.)**. 1985.

DE OLIVEIRA SOFIATTI, Jéssica Reis et al. Efeito da erva mate sobre parâmetros comportamentais e bioquímicos de *Caenorhabditis elegans*. In: **6º Mostra de Iniciação Científica, Tecnológica e de Inovação**. 2016.

DE FREITAS, Guilherme Barroso Langoni et al. Erva-mate, muito mais que uma tradição, um verdadeiro potencial terapêutico. **Revista Eletrônica de Farmácia**, v. 8, n. 3, p. 13-13, 2011.

DE MELO SOUZA, Tamires Cássia; VOLP, Ana Carolina Pinheiro. Efeito da ingestão de canela como tratamento auxiliar não medicamentoso do diabetes mellitus. **Nutrição Brasil**, v. 16, n. 4, pág. 250-256, 2017.

SILVESTRI, Jandimara Doninelli Fior et al. Perfil da composição química e atividades antibacteriana e antioxidante do óleo essencial do cravo-da-índia (*Eugenia caryophyllata* Thunb.). **Revista Ceres**, v. 57, p. 589-594, 2010.

GODOY, R. C. B. de et al. Consumidor de pinhão: hábitos, atributos de importância e percepção. **Pesquisa Florestal Brasileira**, v. 38, n. 2018-12-29, 29 dez. 2018.

## REFERÊNCIAS

LORENZI, Harris. **Árvores brasileiras: manual de identificação e cultivo de plantas arbóreas nativas do Brasil**. Nova Odessa: Plantarum, 1992.

SONATI, JAQUELINE GIRNOS; VILARTA, ROBERTO; SILVA, Cleiliane de Cassia. Influências culinárias e diversidade cultural da identidade brasileira: imigração, regionalização e suas comidas. **Qualidade de vida e cultura alimentar**, v. 1, p. 137-147, 2009.

CANESQUI, Ana Maria. Antropologia e alimentação. **Revista de Saúde Pública**, v. 22, p. 207-216, 1988.