

OLÁ CRIANÇAS E FAMILIARES!

HOJE VAMOS FALAR SOBRE O NOSSO PROJETO INSTITUCIONAL: SABERES E SABORES: DE A a Z, PANC VOCÊ VAI CONHECER!



Quando falamos em PANC (Plantas Alimentícias Não Convencionais) falamos basicamente em plantas que são de comer, mas que não são comuns, e alguns até consideram ervas daninhas ou mato. Por serem desconhecidas não sabemos que são comestíveis como lírio-do-brejo, a taioba, a serralha...

Ou ainda, podemos ir além, e considerar também como PANC, aquelas partes das plantas que são de comer, mas que não são conhecidas e/ou consumidas pela maioria das pessoas, como o coração da bananeira ou as folhas da batata-doce, a jaca verde e tantas outras.

São plantas conhecidas e consumidas, mas que têm partes desperdiçadas, mesmo que essas partes sejam interessantes do ponto de vista alimentar.

Sabemos que existem plantas muito tradicionais na alimentação de certos grupos em determinadas regiões que, diferente do arroz e do feijão, ainda não caíram no gosto do brasileiro.

São consumidas apenas localmente, como a **bertalha** no Rio, **ora-pró-nobis** em Minas e o **jambu** no Pará, o **butiá** no Sul, o **xixá** no cerrado, o **pequi** no Goiás...

Se desejarmos mudar essa realidade, é de extrema importância, o incentivo à realização de trabalhos como este que estamos realizando aqui no CEI. Estamos conhecendo e aprendendo que existem plantinhas que nascem espontaneamente nos nossos quintais, vasos e até mesmo nas calçadas, são plantas que nem imaginamos que podem ser consumidas.

Algumas nascem espontaneamente, outras precisam ser cultivadas e nós começamos essa pesquisa, mas que infelizmente tivemos que interromper.

Estamos aqui para levar até vocês notícias sobre as plantinhas que estávamos cultivando e também para sugerir a brincadeira do caça as Panc.

Vamos percorrer os espaços do CEI e juntos identificar as plantinhas que servem como alimentos, as que nascem espontaneamente ou aquelas que precisam ser cultivadas e você, juntamente com o papai, a mamãe e seus irmãos poderá fazer o mesmo, vai tentar encontrar no quintal de sua casa ou no vaso de plantas da mãe alguma dessas PANC.

Se achar, tire uma foto e mande para nós.

Vamos lá?

Primeiro vamos apresentar algumas PANC:



SERRALHA



TANCHAGEM



VINAGREIRA



ORA-PRÓ-NOBIS



PICÃO PRETO



TRAPOERABA



BEGÔNIA



GRUMIXAMA



PINCEL DE ESTUDANTE



PIXIRICA



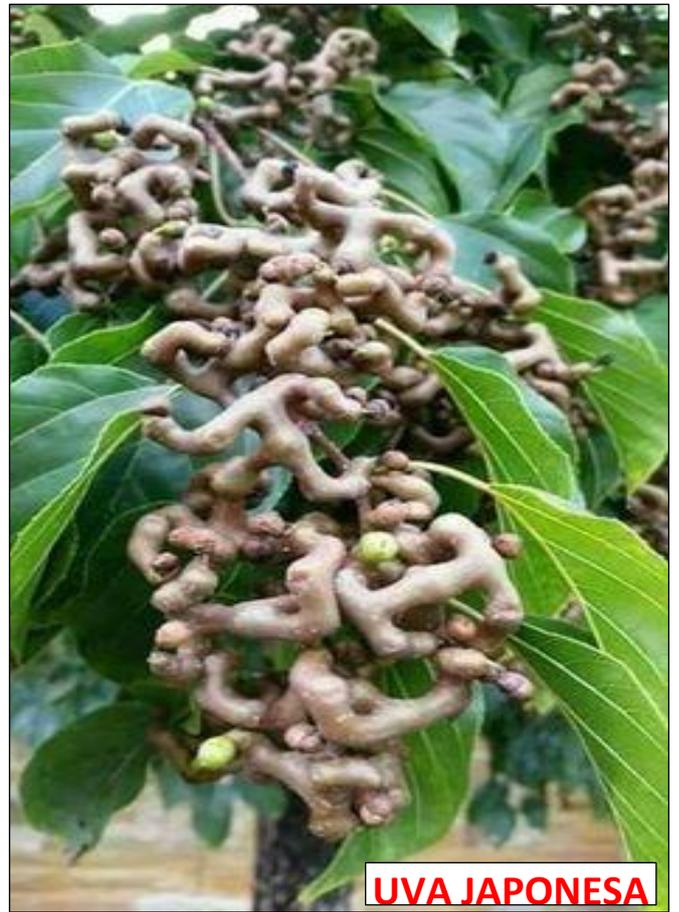
AÇAFRÃO DA TERRA



CRISTA DE GALO



FLOR DE ABÓBORA



UVA JAPONESA



JACA VERDE



UMBIGO DE BANANA



ONZE-HORAS



ERVA-GORDA



CRISTA DE GALO



CARURU



TREVO



TAIOBA



NIRÁ – ALHO SILVESTRE



LÍRIO DO BREJO



HIBISCO COLIBRI



FOLHA DE BATATA DOCE



HIBISCO



PEIXINHO



AMOR-PERFEITO



MARIA PRETINHA



BEIJINHO



ALMEIRÃO ROXO



BELDROEGA



LÍNGUA DE VACA



PICÃO BRANCO



MENTRUZ RASTEIRO



LÍRIO AMARELO



IRÊ AMARELO



MORANGO SELVAGEM