

Anredera

Se desenvolve em lugares sombreados e úmidos

Os tubérculos aéreos são comestíveis e também é o material de propagação da planta. Adapta-se muito bem ao sistema de agrofloresta, porque se desenvolve melhor em lugares sombreados e úmidos. Como é uma trepadeira, pode-se plantar ao lado de árvores que servirão como tutor para a planta.



Imagem meramente ilustrativa



Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento
BR 060 Km 09 Brasília/Anápolis
Caixa Postal 218, CEP 70275-970, Brasília-DF
Fone: (61) 3385-9110 - Fax: (61) 3556-5744
E-mail: sac@embrapa.br
www.embrapa.br/hortaliças

Saiba mais em:
www.embrapa.br

Equipe Técnica

Neide Botrel
Nuno Rodrigo Madeira
Raphael Augusto de Castro e Melo
Geovani Bernardo Amaro

Fotos

Neide Botrel
Nuno Rodrigo Madeira
Paula Fernandes Rodrigues
Beatriz Ferreira da Cruz
Alexander Silva de Resende

Ilustração

Henrique Martins Gianvecchio Carvalho



MINISTÉRIO DA
AGRICULTURA, PECUÁRIA
E ABASTECIMENTO



HORTALIÇAS NÃO CONVENCIONAIS
Hortaliças Tradicionais

Anredera



Tiragem: 2.000 exemplares, Maio/2017. Projeto gráfico: Beatriz Ferreira da Cruz

Hortaliça folhosa, perene e trepadeira, a anredera pertence à família Basellaceae. Ela é originária da América do Sul subtropical e ocorre em sub-bosque na Mata Atlântica. A planta possui folhas arredondadas e suculentas, em forma de coração, e inflorescências em cachos, com flores pequenas e brancas. Produz pequenos tubérculos aéreos (estruturas de reserva) em cada axila das folhas e, em maior concentração e tamanho, na base das plantas.

Anredera (*Anredera cordifolia*)

NOMES POPULARES: ora-pro-nóbis sem espinho, espinafre-gaúcho, bertalha-coração

Plantio

Desenvolve-se melhor em temperaturas amenas, entre 15 °C e 25 °C, nas regiões Sul e Sudeste do Brasil. Apresenta desenvolvimento inicial lento. Deve ser cultivada em solos ricos em matéria orgânica e de fertilidade mediana a alta. Os tubérculos aéreos (propágulos) são plantados diretamente no local definitivo, em covas orientadas em linhas para tutoramento em espaldeira, no espaçamento de 2 m a 3 m entre linhas por 1 m a 2 m entre plantas.

O revolvimento do solo deve ser restrito às covas de plantio, deixando o solo protegido por uma cobertura de vegetação espontânea ou com palhada de cultivos anteriores, geralmente gramíneas e leguminosas. Recomenda-se adubação orgânica com 0,5 kg/m⁻² a 1,0 kg/m⁻² de composto orgânico.



É preciso irrigar de duas a três vezes por semana, fazer adubações de cobertura periódicas com 0,5 kg/m⁻² a 1,0 kg/m⁻² de composto orgânico 2 a 4 vezes ao ano e, sempre que necessário, capinar junto às plantas e roçar nas entrelinhas. Desenvolve-se muito bem quando plantada em sistemas agroflorestais por ser uma planta perene. A colheita das folhas é feita, geralmente, a partir de 4 ou 5 meses após o plantio, assim que as plantas atingem entre 1,5 m e 2,0 m de haste.

Conservação e usos

A produtividade média mensal pode variar entre 100 e 200 gramas por planta. As folhas macias e suculentas são ricas em minerais, especialmente ferro, cálcio e zinco. Elas também apresentam boa fonte de proteína e fibras, 22 % e 27 % em base seca, respectivamente. As folhas podem ser consumidas cruas em saladas, refogadas ou cozidas em combinação com outras hortaliças e carnes, e como ingrediente para bolos e pães. Os tubérculos aéreos, inclusive aqueles formados no colo da planta, podem também ser consumidos cozidos ou fritos. A vida útil, assim como a maioria das folhosas, é curta, devendo ser consumida logo após a colheita, ou colocadas em embalagens plásticas e armazenadas sob refrigeração, mas por períodos curtos de tempo, de 3 a 5 dias.

O projeto

A anredera está sendo estudada no âmbito do projeto “Avaliação agrônômica, caracterização nutricional e estudo da vida útil de hortaliças não convencionais”, da Embrapa Hortaliças, que busca tornar acessíveis informações sobre essas espécies com o intuito de fomentar a produção, o consumo e a comercialização. Outras espécies estudadas são: almeirão-de-árvore, amaranto, azedinha, beldroega, bertalha, capuchinha, cará-do-ar, caruru, fisális, jambu, major-gomes, mangarito, maxixe-do-reino, muricato, ora-pro-nóbis, peixinho, serralha, taioba e vinagreira.

Receita

Omelete de anredera

Ingredientes

2 ovos
5 folhas de anredera
Queijo ralado, cebola, óleo e sal a gosto

Modo de preparo

1. Após lavar, corte as folhas de anredera em tiras finas.
2. Bata os ovos levemente e adicione as folhas cortadas, o queijo ralado e o sal. Misture tudo.
3. Aqueça um pouco de óleo em uma frigideira e despeje a mistura. Deixe fritar e dourar dos dois lados. Enrole para uma melhor apresentação.

