

# Capuchinha

*Curiosidades do nome*

O nome capuchinha remete à folha que, vista da parte dorsal, lembra a forma de um capuz. O termo *Tropaeolum*, nome do gênero da planta, vem do grego “tropaion”, que significa tropa, e faz alusão à suposta forma de escudo resultante das folhas agrupadas, cujo formato se assemelha a capacetes.

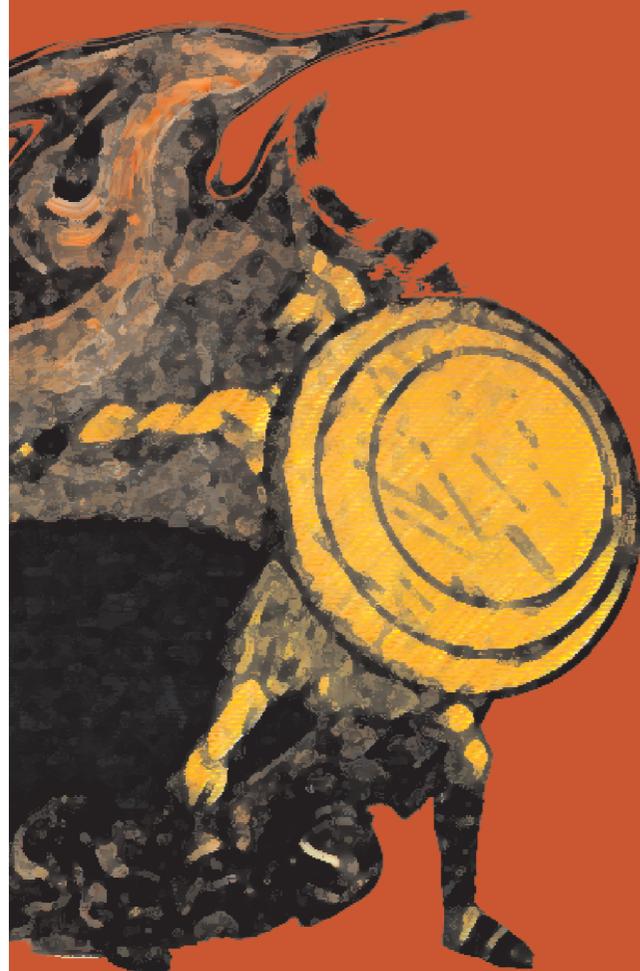


Imagem meramente ilustrativa

**Embrapa**  
**Hortaliças**

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](mailto:sac@embrapa.br)  
[www.embrapa.br/hortaliças](http://www.embrapa.br/hortaliças)

Saiba mais em:  
[www.embrapa.br](http://www.embrapa.br)

#### Equipe Técnica

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

#### Fotos

Nuno Rodrigo Madeira  
Paula Fernandes Rodrigues  
Beatriz Ferreira da Cruz

#### Ilustração

Henrique Martins Gianvecchio Carvalho

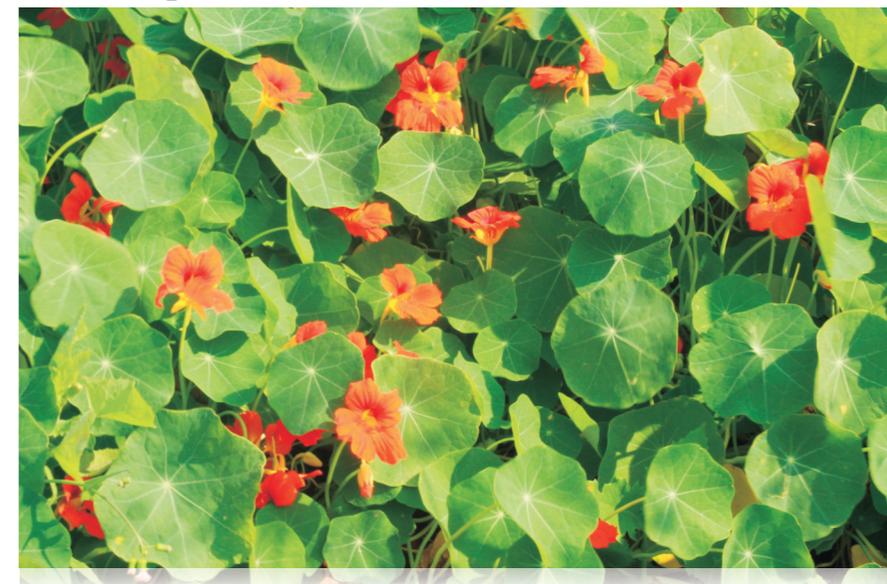
**Embrapa**

MINISTÉRIO DA  
AGRICULTURA, PECUÁRIA  
E ABASTECIMENTO

**BRASIL**  
GOVERNO FEDERAL

HORTALIÇAS NÃO CONVENCIONAIS  
*Hortaliças Tradicionais*

# Capuchinha



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

Espécie pertencente à família Tropaeolaceae, a capuchinha é originária da América Central e da América do Sul. As plantas são herbáceas, com rápido crescimento e floração permanente. As folhas são arredondadas e as flores vistosas, com cores que variam do amarelo-claro ao vermelho. É amplamente utilizada como planta ornamental, melífera e comestível, desde as folhas até as sementes.

## Capuchinha (*Tropaeolum majus*)

NOMES POPULARES: chagas, nastúrcio, agrião-do-méxico

### Plantio

A capuchinha é uma planta de clima subtropical e que se adapta bem a ambientes parcialmente sombreados. Pode ser cultivada durante o ano todo, desde que irrigada nos períodos secos. O plantio é feito em canteiros, ricos em matéria orgânica e bem drenados. A propagação é realizada através de mudas ou sementes, sendo as sementes mais recomendadas para renovação de canteiros e obtenção de plantas mais vigorosas.



A colheita inicia-se 50 dias após o plantio, podendo ser estendida por meses. No caso de colheita de folhas e flores, recomenda-se que as plantas sejam podadas. No caso de colheita exclusiva de flores, parte da planta mais apreciada e procurada para ornamentação de pratos, a colheita deve ser feita diariamente enquanto ainda apresentam-se tenras. Pode-se atingir uma produtividade mensal de até 0,5 kg/m<sup>2</sup> de flores, o que equivale 1.000 flores, e até 1,0 kg/m<sup>2</sup> de folhas.

### Conservação e usos

As flores e as folhas colhidas podem ser embaladas diretamente no campo ou em galpão de embalagem. O material colhido deve ser mantido resfriado, na faixa de temperatura entre 5 °C e 10 °C, condição em que poderá permanecer por até uma semana.

A capuchinha é uma das flores comestíveis mais consumidas no Brasil, com sabor levemente picante, parecido com o sabor do agrião. As folhas e as sementes também são comestíveis. As sementes são usadas sob a forma de conserva, sendo conhecidas como falsas alcaparras.

As flores também podem ser desidratadas, embebidas em álcool ou em calda de açúcar ou, ainda, congeladas na forma de cubo de gelo, adicionadas a coquetéis. A capuchinha é rica em carotenoides, especialmente luteína, um composto importante para a prevenção de doenças relacionadas à visão como catarata e glaucoma.

### O projeto

A capuchinha 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 as informações sobre essas espécies com o intuito de fomentar a produção, o consumo e a comercialização. Outras hortaliças estudadas são: almeirão-de-árvore, amaranto, anredera, azedinha, beldroega, bertalha, cará-do-ar, caruru, fisális, jambu, major-gomes, mangarito, maxixe-do-reino, muricato, ora-pro-nóbis, peixinho, serralha, taioba e vinagreira.

## Receita

### Charutos de folhas de capuchinha

#### Ingredientes

30 folhas de capuchinha  
100 g de arroz  
200 g de carne moída  
Sal, alho, cebola e pimenta a gosto

#### Modo de preparo

1. Misture o arroz lavado com a carne moída temperada.
2. Lave as folhas de capuchinha e passe em água quente para facilitar a montagem do charuto.
3. Em seguida, abra a folha e coloque o recheio no centro.
4. Dobre os dois lados para cobrir o recheio e, na sequência, enrole a folha da base em direção à ponta.
5. Cozinhe no vapor, por aproximadamente 40 minutos, e decore com as flores.

