

# GERGELIM



A Importância da cultura

# A Importância da Cultura do Gergelim

## Origem

O gergelim (*Sesamum indicum* L.) é considerado como originário da parte tropical da África e da Ásia. Foi introduzido no Brasil pelos portugueses, via colônias indianas, no século 16.

## Características

O gergelim é uma planta de clima quente que se adapta bem ao Semiárido piauiense. A cultivar precoce BRS Seda, com ciclo de crescimento de aproximadamente 85 a 90 dias, sementes de cor branca, tem potencial de produtividade de 1.000 kg ha<sup>-1</sup> em condições de sequeiro. Nos últimos anos, o Nordeste brasileiro vem incorporando à sua cultura alimentar o gergelim, em virtude do alto valor nutricional e funcional dessa semente, ressaltando-se como exemplo os doces misturados com rapadura, farofas, paçocas, tijolinhos, cocadas, fubá, pé-de-moleque, pães, biscoitos, bolos, tahine, etc.



Foto: Viviane G. Paula Calatoga

## Composição da semente

Os teores médios dos componentes encontrados em 100 g de grãos são: calorias (593,6 cal); proteínas (18,6%); lipídios (52%); carboidratos totais (21,6%); fibras totais (6,3%); cinzas (5,3%); cálcio (1.160 mg); fósforo (616 mg); ferro (10,5 mg); sódio (60 mg); potássio (725 mg); vitamina A (30 lu); tiamina (0,98 mg); riboflavina (0,23 mg); niacina (5,4 mg). Para o mercado, o interesse é por cultivar que apresenta peso de mil sementes superior a 3,0 g, e esse valor na BRS Seda é de 3,2 g.

# Importância alimentar

## O óleo

O destaque da composição do gergelim é o alto teor de óleo da semente, cerca de 52%, sendo um material altamente indicado para a extração de óleo por prensagem, podendo ser aplicado em pequena e média escalas, sendo adequado a comunidades rurais. O processo de prensagem gera dois produtos: o óleo e a torta. O óleo de gergelim tem grande resistência à rancificação por oxidação, propriedade atribuída a um potente antioxidante natural denominado sesamol, razão pela qual o óleo de gergelim, ainda sendo poli-insaturado, é muito utilizado em saladas na cozinha oriental. As principais características do óleo são: cor amarelo-clara, sabor de amêndoa doce, cheiro pouco pronunciado (quase inodoro), teores altos de ácidos graxos insaturados, como o ácido linoleico, e proteínas digestíveis. O óleo tem propriedades medicinais e é utilizado na indústria de perfumes e cosméticos.

## A torta

A torta de gergelim tem alto teor de proteína (39,7%) e baixo teor de fibras (4,7%). É obtida por prensagem (método Expeller) dos grãos. Dependendo da capacidade da prensa (a frio), a torta ainda tem 8,2% de umidade, 12,8% de óleo, 22,8% de carboidratos e 11,8% de minerais. Com a torta resultante da extração do óleo, é possível produzir a farinha e usá-la na preparação de pão, bolo, doce e cookies para a alimentação das comunidades rurais. A torta de gergelim é também recomendada como ração alimentar para abelhas no período de entressafra.



Foto: Magda Crucíol



**Meio-Norte**

Av. Duque de Caxias, 5.650, Bairro Buenos Aires

64.008-780, Teresina, PI

Fone: (86) 3198-0500 - Fax: (86) 3198-0530

[www.embrapa.br/meio-norte](http://www.embrapa.br/meio-norte)

Serviço de Atendimento ao Cidadão(SAC)

[www.embrapa.br/fale-conosco/sac](http://www.embrapa.br/fale-conosco/sac)

### **Técnicos Responsáveis**

*Vicente de Paula Queiroga (Embrapa Algodão)*

*Paulo de Tarso Firmino (Embrapa Algodão)*

*Ana Lúcia Horta Barreto*

*José Lopes Ribeiro*

MINISTÉRIO DA  
**AGRICULTURA, PECUÁRIA  
E ABASTECIMENTO**

