

Folha da Embrapa

Ano IX, nº 52 - Junho de 2001

10

p r o d u t o

Berinjela "Ciça": resistência e qualidade

Marina Campos, de Brasília (especial para o Folha da Embrapa)

Originária da Índia, a berinjela vem ganhando cada vez mais espaço na mesa dos brasileiros. Preparada à milanesa, ao forno ou recheada, seu fruto é uma grande fonte de sais minerais e de vitaminas. O consumo dessa hortaliça tem crescido a partir da divulgação de suas propriedades medicinais e curativas, como em tratamentos de controle do nível de colesterol.

Atualmente constam no mercado poucas opções de híbrido de berinjela. Desenvolvida pela Embrapa Hortaliças (Brasília-DF), a cultivar Ciça é resistente à antracnose e a podridão-de-fomopsis, doenças que causam severos danos à cultura. Destacando-se entre seus concorrentes pela alta produtividade e boa apresentação dos frutos, a berinjela "Ciça" está despertando o interesse de empresas que comercializam sementes, que enxergaram nesta cultivar uma nova opção de híbrido,

com excelente qualidade comercial.

A "Ciça" produz frutos de formato oblongo-alongado, com 22 cm de comprimento por 8 cm de diâmetro, e coloração roxo-escuro brilhante. O híbrido, em condições favoráveis, tem produzido até 120 t de frutos por hectare em propriedades agrícolas do Distrito Federal. As folhas, de coloração verde-escura, não possuem espinhos, facilitando o manuseio durante a colheita. Além da resistência a doenças, o novo híbrido apresenta boa adaptação a variações climáticas, uniformidade do fruto e planta, e boa conservação pós-colheita.

Em condições de horticultura convencional, a "Ciça" tem se mostrado mais rústica, necessitando comumente de um número menor de pulverizações, aumentando assim a sua sustentabilidade ambiental e diminuindo os custos de produção.

Arquivo: Embrapa Hortaliças



A berinjela é um ótimo acompanhante de pratos gordurosos

Valores Nutracêuticos:

Contém Cálcio, Ferro, e Fósforo e pequenas quantidades de vitaminas A e E. Como suco, é diurético, diminui o colesterol e reduz a ação das gorduras sobre o fígado.

Receitas

Pasta de Berinjela

Ingredientes: 02 berinjelas médias, descascadas, cortadas em cubinhos; 1/2 xícara (chá) de cebola picada; 02 colheres (sopa) de suco de limão; 2 dentes de alho amassados; 3 colheres (sopa) de azeite; 1/4 de pimentão picado bem miúdo; 1/2 xícara (chá) de cheiro verde; sal e pimenta à gosto.

Modo de fazer: Ferva a berinjela até cozinhá-la bem, escorra e reserve. Frite a cebola e o alho no azeite, em seguida junte o pimentão e a

berinjela e misture. Amasse a polpa com garfo, formando um purê. Acrescente o limão, o sal e a pimenta e refogue bem. Por último, acrescente o cheiro verde e misture tudo. Retire do fogo.

Rendimento: 2 1/2 xícaras de chá.

Tempo de preparo e cozimento: 20 minutos

Sugestão: é ideal para servir com pães, biscoitos salgados e torradas. O sabor fica melhor com mais pimenta.

Berinjela Recheada

Ingredientes: 2 berinjelas grandes; 1 lata de sardinha desfiada; 1/2 xícara (chá) de cheiro verde picado; 1/4 xícara (chá) de azeitona picada; 1/2 xícara (chá) de farinha de rosca; Queijo ralado (a gosto); Azeite (a gosto); 1 dente de alho picadinho; 1/2 xícara de cebola picada.

Modo de fazer: Lave a berinjela, não descasque e retire a parte do cabo, corte-a no sentido do comprimento; Coloque a berinjela na água com a polpa voltada para baixo e deixe ferver por 2 minutos; Depois de cozida, deixe esfriar, retire a

polpa com a ajuda de uma colher, deixe uma borda perto da casca e reserve; Corte a polpa e junte a sardinha, o cheiro verde, a cebola, o alho, a azeitona, a farinha de rosca, o sal e a pimenta a gosto. Misture bem e recheie a casca de berinjela; Salpique o queijo e regue com azeite; Unte a forma, coloque as berinjelas e leve ao fogo pré-aquecido em temperatura média por 10 minutos.

Rendimentos: 10 porções

Tempo de preparo: 20 minutos

Sugestão: Substituir a sardinha por frango ou atum.