



*Empresa Brasileira de Pesquisa Agropecuária
Centro Nacional de Pesquisa de Hortaliças
Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento
BR 060 Km 09 Brasília/Anápolis
Caixa Postal 218 CEP 70359-970, Brasília, DF
Fone: (61) 385 9110 - Fax: (61) 556 57 44
e-mail: sac.hortalicas@embrapa.br
<http://www.cnph.embrapa.br>*

Brasília, janeiro de 2003

CENOURETE E CATETINHO

MINICENOURAS



Tiragem: 2000 exemplares

Equipe de Criação: Paula Cochrane, Amélia Eliói, Marcos Esteves

CENOURETE E CATETINHO

Cenoura, fonte de saúde

A cenoura é uma das hortaliças mais consumidas no Brasil, sendo tradicionalmente usada em saladas, crua ou cozida, em bolos e conservas, entre outras formas de aproveitamento. Importante fonte de vitamina A e de minerais como cálcio, sódio e potássio, possui propriedades antioxidantes que ajudam a combater os radicais livres causadores de envelhecimento celular. A ingestão dessa hortaliça, nas quantidades recomendadas, ajuda a regular as funções intestinais, estimular o apetite e prevenir problemas de visão. Todas essas vantagens estão presentes em novas formas de consumo de cenoura.

Praticidade e imaginação: as minicenouras

A Embrapa Hortaliças desenvolveu uma tecnologia de processamento que transforma a cenoura em produtos prontos para o consumo. Esses produtos, batizados de **Cenourete**[®] e **Catetinho**[®], são minicenouras que possuem como atrativo adicional o formato inusitado: a primeira tem a forma da *baby carrot* e a segunda é esférica. As minicenouras aliam as propriedades nutricionais da cenoura à praticidade para o uso e à criatividade dos formatos.

Cenourete e Catetinho, vitamina A em pedaços

Consumidas “in natura”, cozidas ou em conserva, **Cenourete** e **Catetinho** podem ainda ser utilizadas na ornamentação de pratos. São excelentes opções para o lanche ou petisco. Todas essas formas de consumo são práticas e saudáveis.

Como comprar as minicenouras: qualidade é fundamental

As minicenouras podem ser encontradas em supermercados, embaladas sob vácuo parcial em sacos plásticos próprios para alimentos. A qualidade para consumo pode ser avaliada pela aparência, sabor e odor. As minicenouras devem estar firmes, sem apresentar manchas, mela, mofo ou odor desagradável. A cor predominante deve ser uniformemente alaranjada e a embalagem não pode conter água. Durante o armazenamento, que deve ser feito a uma temperatura de 1°C a 5°C, as minicenouras podem ficar esbranquiçadas devido à desidratação, mas não perdem a qualidade para o consumo.



Quer saber mais? Procure a Embrapa Hortaliças

Estamos prontos para oferecer toda a orientação necessária à produção de **Cenourete** e **Catetinho**.

Cenourete e **Catetinho** são marcas registradas da Embrapa

