

Fruta gaúcha: prove, consuma, viva bem
EMATER. Rio Grande do Sul/ ASCAR.

Volante / 2007

Cód. Acervo: 45137

© Emater/RS-Ascar



Disponível em: <http://hdl.handle.net/20.500.12287/45137>

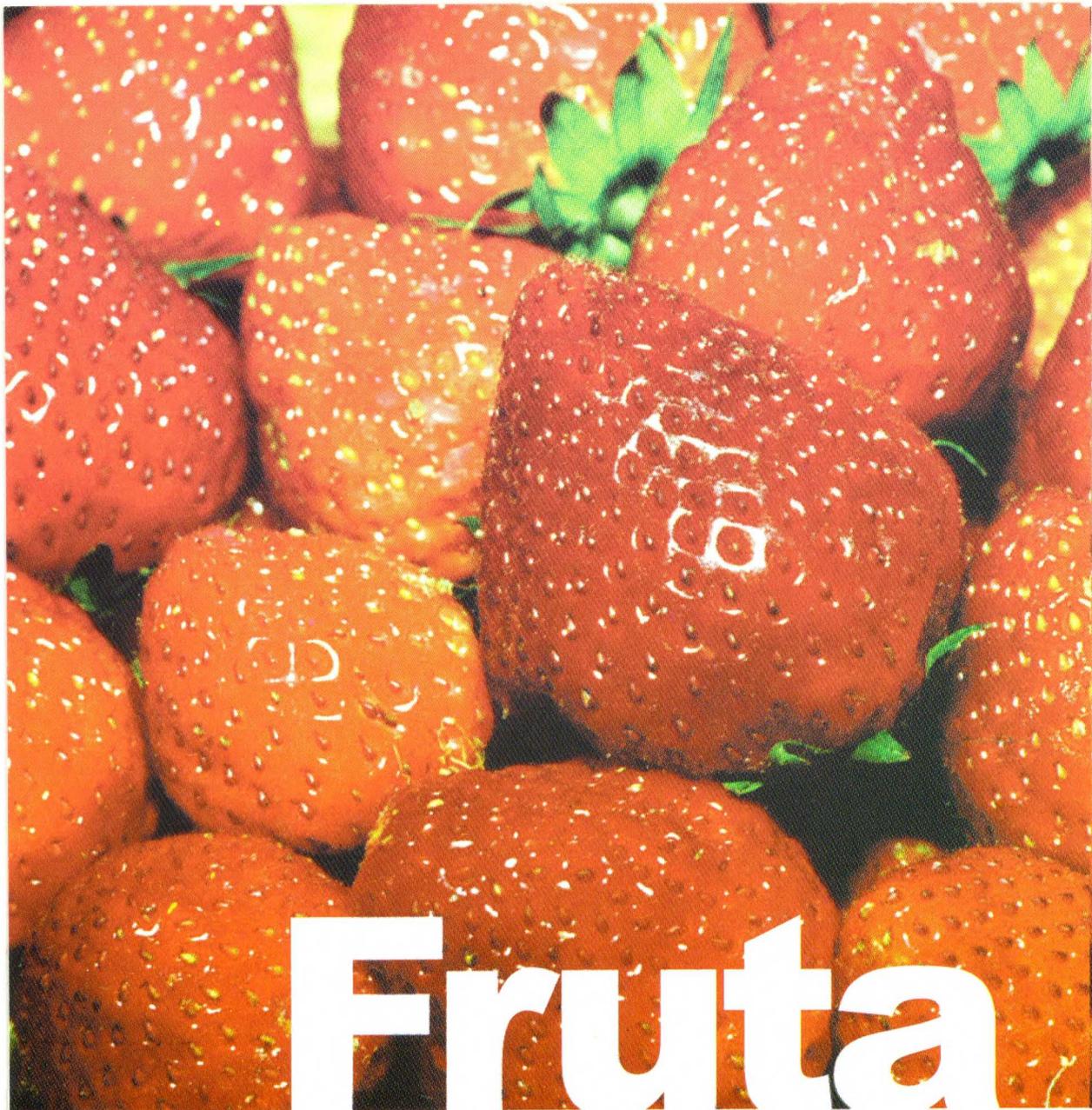
Documento gerado em: 07/11/2018 17:49

O Repositório Institucional (RI) da Extensão Rural Gaúcha é uma realização da Biblioteca Bento Pires Dias, da Emater/RS-Ascar, em parceria com o Centro de Documentação e Acervo Digital da Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (CEDAP/UFRGS) que teve início em 2017 e objetiva a preservação digital, aplicando metodologias específicas, das coleções de documentos publicados pela Emater/RS- Ascar.

Os documentos remontam ao início dos trabalhos de extensão rural no Rio Grande do Sul, a partir da década de 1950. Portanto, salienta-se que estes podem apresentar informações e/ou técnicas desatualizadas ou obsoletas.

1. Os documentos disponibilizados neste RI são provenientes da coleção documental da Biblioteca Eng. Agr. Bento Pires Dias, custodiadora dos acervos institucionais da Emater/RS-Ascar. Sua utilização se enquadra nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
2. É vetada a reprodução ou reutilização dos documentos disponibilizados neste RI, protegidos por direitos autorais, salvo para uso particular desde que mencionada a fonte, ou com autorização prévia da Emater/RS-Ascar, nos termos da Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998.
3. O usuário deste RI se compromete a respeitar as presentes condições de uso, bem como a legislação em vigor, especialmente em matéria de direitos autorais. O descumprimento dessas disposições implica na aplicação das sanções e penas cabíveis previstas na Lei de Direito Autoral, nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1998 e no Código Penal Brasileiro.

Para outras informações entre em contato com a Biblioteca da Emater/RS-Ascar - E-mail: biblioteca@emater.tche.br



Fruta Gaúcha

Prove
Consuma

Viva bem

*Fonte de vitaminas, sais minerais,
água, fibras, antioxidantes e açúcares,
nutrientes que desempenham função essencial
para o pleno desenvolvimento do metabolismo.*



PROFRUTA/RS

MORANGO

Fruta carnosa, bonita e saborosa, o morangueiro é uma planta da família das Rosáceas. Com os novos sistemas de produção e a introdução de variedades como Aromas, Camarossa e Oso Grande, o moranguinho no Rio Grande do Sul é colhido o ano inteiro.

Além de ser uma das mais atrativas frutas pelo seu vermelho vivo, possui um valor nutritivo altamente recomendável. Rico em vitaminas A, C e B e vários minerais, contém pouquíssima proteína e gorduras. Contém Ferro, Cálcio, Fósforo, Sódio, Potássio e Silício, que são minerais relacionados com qualidade do sangue, contração muscular, renovação dos tecidos e combate aos radicais livres e anemia. É diurético, anti-reumático, alcalinizante, laxante e tônico para os nervos. Combate a febre, elimina toxinas do fígado e facilita a digestão.

FRUTA GAÚCHA EM TODAS AS ESTAÇÕES

Fruta	Safra
Abacaxi	janeiro a março
Banana	o ano todo
Bergamota	março a novembro
Caqui	fevereiro a abril
Figo	janeiro a abril
Laranja	março a dezembro
Maçã	fevereiro a abril
Pêssego	outubro a fevereiro
Quivi	abril a junho
Uva	dezembro a março
Melão	dezembro a março
Morango	o ano todo

VLS.000/Ago07 | Produzido e impresso na EMATER/RS

TORTA DE RICOTA E MORANGOS

1kg de morangos cortados ao meio

Massa: 300g de bolacha Maria

3 colheres de manteiga

100g de amêndoas ou nozes

Musse: 250g de ricota ou creme

Cheese

suco de um limão

3 gemas

25g de gelatina sem sabor

150g açúcar

3 claras em neve com açúcar

COMO PREPARAR: Moa a bolacha e as frutas.

Misture com a manteiga e refogue levemente. Divida em duas porções. Prepare o merengue e reserve. Coloque em uma panela o açúcar, o suco de limão e as gemas e leve ao fogo brando até formar um creme. Leve essa mistura para o liquidificador com a ricota e a gelatina dissolvida. Use prato refratário para distribuir em camadas a massa, morangos polvilhados com açúcar e a musse. Faça uma cobertura com a merengada. Sirva gelado.

