



***Frutas Nativas Do  
Pantanal  
Lingua Portuguesa***



## **O que é o maracujá do mato?**

**O maracujá da Caatinga (nome científico: *Passiflora cincinnata*), também conhecido como maracujá do mato, é uma fruta nativa do semiárido nordestino. É resistente à seca e também a uma série de pragas que atingem o maracujá comum. Sua casca é esverdeada e sua polpa branca, onde se escondem dezenas de sementes.**



## **O Que O Maracujá Faz No Nosso Organismo?**

**Fruto: é rico em nutrientes e seu suco é ingrediente precioso em receitas como mousses, bolos, molhos para salada, vinagretes e até farofas.**

**Casca: ela é rica em pectina, um tipo de fibra que arrasta gorduras para fora do organismo. É consumida na forma de farinha, misturada em sucos e iogurtes.**



## **O que é melão de são caetano?**

**O melão de são caetano é uma planta que possui muitos benefícios que podem ser aplicados à saúde humana.**

**Apesar do formato estranho e de ser considerada uma erva daninha, essa espécie caiu no uso popular, principalmente no que se refere a medicina alternativa.**

**Porém, é importante lembrar que não se deve tomar medicamentos por conta própria, mesmo se tratando de ingredientes naturais.**



## **O que é Orvalho**

**A uvaia (nome científico: *Eugenia uvalha*), também conhecida como uvaieira, uaieira, ubaia[2] e uvalha, é uma planta da família Myrtaceae. O seu fruto também é chamado de "uvaia" e "ubaia". Pode ter entre 6 e 13 metros de altura e entre 30 e 50 centímetros de diâmetro do tronco. É uma espécie com origem no Brasil, ocorrendo nos estados do Ceará , Rio Grande do Norte, Paraná, Rio Grande do Sul, Santa Catarina, São Paulo e Minas Gerais.**



## **Receita maracujá do mato**

### **Ingredientes:**

**1 quilo de maracujá do mato**

**2 litros de água**

**800 gramas de açúcar**

### **Modo de Preparo:**

**Antes de preparar a receita é necessário limpar o maracujá. Para dez litros de água é necessário adicionar meia colher de sopa de hipoclorito de sódio. As frutas ficam esterilizadas em 20 minutos. O mesmo processo dever ser repetido com os recipientes da geléia.**

