

Ora-pro-nóbis na mesa: aspecto agrônômico

Isabela Ribeiro Rodrigues

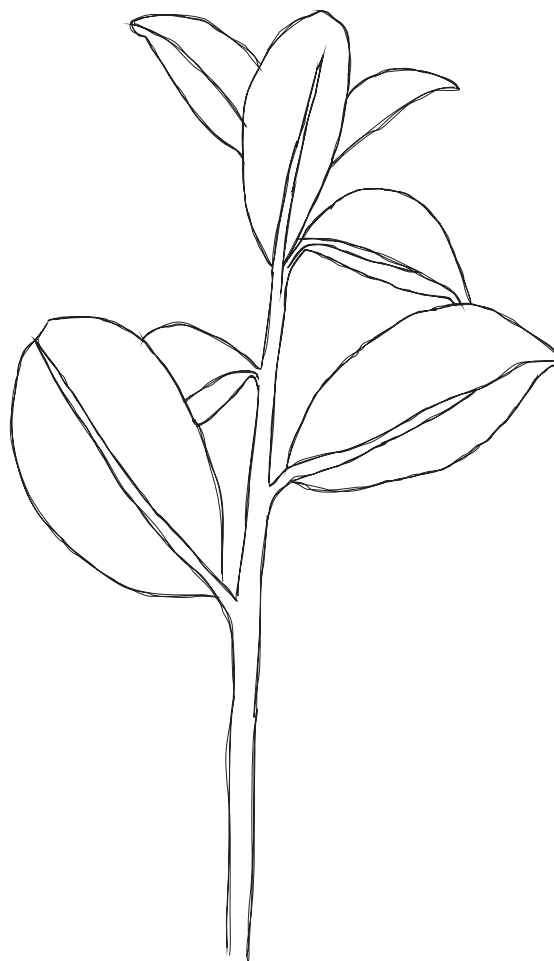
*Aluna do curso de Engenharia Agrônômica
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do
Triângulo Mineiro (IFTM)*

Rejane de Oliveira Ramos

*Aluna do curso de pós-graduação do curso de Controle
de Qualidade de Processos Alimentícios
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do
Triângulo Mineiro (IFTM)*

Carla Regina Amorim dos Anjos Queiroz

*Doutora em Agronomia
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do
Triângulo Mineiro (IFTM)*



Resumo

O projeto "Ora-pro-nóbis na mesa" foi desenvolvido no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Triângulo Mineiro (IFTM), Campus Uberlândia, sob aprovação do edital interno 01/2018. Realizou-se a manutenção das plantas localizadas no viveiro do campus, especialmente poda, plantio de estacas caulinares para produção de mudas e manutenção das mudas até a realização das oficinas em que houve a doação de mudas para os participantes. O objetivo desse projeto foi mostrar à sociedade o quanto é fácil de conduzir a Ora-pro-nóbis e incluí-la na alimentação cotidiana, pelo seu alto valor nutritivo.

Palavras-chave: Pereskia aculeata. Produção de mudas. Alimentação. Hortaliça não convencional.

Introdução

A ora-pro-nóbis é uma cactácea com hábito de liana (cipó), de flores vistosas e folhas ricas em componentes nutricionais. Pereskia aculeata é o nome científico desta planta conhecida popularmente por ora-pro-nóbis. O termo aculeata, em latim *ācūlēus*, significa agulha ou espinho. Sendo uma cactácea trepadeira, é espinhosa, possui folhas bem resistentes e se desenvolve com facilidade em diversos tipos de solo, se adaptando bem mesmo em terras pouco férteis e úmidas. Suas folhas são utilizadas seja como alimentos que para fins medicinais. Seus frutos, que são bagas amarelas e redondas, também servem como alimento.

Pode-se realizar o plantio dessa planta através de estacas plantadas em solo fértil, para criar raiz. Depois de enraizada, é transferida para local

definitivo. Em períodos de chuva pode ser plantada diretamente no local permanente, só não é recomendado plantar em lugares encharcados, pois a planta prefere lugares mais secos. Quando plantada por estaquia, esta planta se desenvolve de forma lenta nos primeiros 3 meses. Ao formar as raízes, o crescimento dela se acelera (GREEN ME, 2018).

Sua floração ocorre por apenas um dia, podendo ocorrer de janeiro a abril com flores pequenas e perfumadas de coloração branca, a produção de seus frutos ocorre de junho a julho apenas, são amarelos e redondos. Muito usada como cerca viva, a planta pode chegar aos 5 metros de altura e possui ramos repletos de espinhos, ajudando a proteger ambientes (GLOBO RURAL, 2018).

O objetivo desse trabalho foi apresentar o manejo do Ora-pro-nóbis, como poda, utilização dos galhos para produção de estacas e feito e distribuição de mudas para a comunidade.

Relato de experiência

A ora-pro-nobis já foi considerada apenas como uma moita espinhenta, boa para cercas. Mas ganhou fama e nobreza. Suas folhas e flores são comestíveis e vêm sendo utilizadas com maior frequência na culinária mineira. Oferece múltiplos benefícios ao ser humano possuindo, inclusive, alto nível de proteínas e ferro. As folhas, secas ou moídas, são usadas em diferentes receitas, especialmente em sopas, omeletes, tortas e refogados. Muitos preferem consumi-las cruas em saladas, acompanhando o prato principal, enquanto outros as usam como mistura para enriquecer farinha, massas e pães em geral. Na medicina popular, elas são indicadas para aliviar processos inflamatórios e na recuperação da pele em casos de queimadura.

O projeto foi elaborado de forma a mostrar a sociedade que essa planta, que alguns têm no jardim de casa e que, por vezes, passa despercebida pela quantidade de espinhos, ressaltando sua rusticidade, pode se tornar uma prática fonte de nutrientes, disponível domesticamente e com alto valor nutritivo.

Manutenção das plantas matrizes

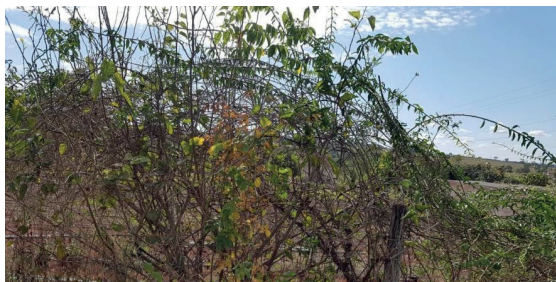
A ora-pro-nobis no IFTM é cultivada em um ambiente aberto, debruçada em uma cerca de arame, sem o objetivo de ser uma cerca viva de proteção, de tamanho grande. Essas plantas têm cerca de 8 anos de plantio e seu desenvolvimento vigoroso dificulta a manutenção semestral das plantas. Na fase inicial do projeto, foi realizada a poda das sete árvores que possuem no viveiro do instituto (Figuras 1 e 2).

Figura 1- Plantas de Ora-pro-nobis da lateral do viveiro antes da poda



Fonte: Autores.

Figura 2- Plantas de Ora-pro-nobis da frente do viveiro antes da poda



Fonte: Autores

Nas três plantas da localizada na parte superior do viveiro (Figura 2) foi realizada a poda completa, deixando apenas o ramo principal. Essa técnica tira os ramos velhos, fazendo-a rebrotar e deixando-a mais vigorosa, como mostra na Figura 3.

Figura 3. Plantas de Ora-pro-nobis da frente do viveiro (parte superior) depois da poda



Fonte: Autores.

Nas plantas da lateral foi realizada a poda parcial, apenas para manutenção e rebrota (Figura 4).

Figura 4. Plantas de Ora-pro-nobis da lateral do viveiro depois da poda



Fonte: Autores.

Produção de mudas

As mudas foram feitas através de estacas retiradas dos galhos no ato da poda. Realizou-se a retirada das extremidades dos galhos, por apresentarem aspecto muito lenhoso na parte mais basal (dificulta o brotamento da estaca) e muito herbáceo na parte apical (contém alto teor de umidade, apodrecendo a estaca rapidamente). Na figura 5 é possível observar o que deve ser descartado da feição de estacas.

Figura 5. Galho de Ora-pro-nóbis com marcação onde deve ser cortado e descartado



Fonte: Autores.

Depois de separar a parte a ser utilizada, as folhas foram retiradas e as estacas foram cortadas com comprimento de 20 cm. As embalagens que receberiam as mudas foram garrafas tipo pet de 500 mL e caixas de leite, furadas no fundo para o escoamento da água excedente após a irrigação, evitando o acúmulo de umidade e proliferação de fungos e bactérias. Foi utilizado substrato industrial para o plantio das estacas, enriquecido com os micronutrientes necessários para o desenvolvimento das mudas. Em cada embalagem foram colocadas 2 estacas para melhorar as chances do brotamento da muda (Figura 6).

Figura 6. Estacas de Ora-pro-nóbis no substrato



Fonte: Autores.

Das plantas que receberam poda total, foram feitas 90 mudas. Já as que receberam poda parcial foi possível produzir 40 mudas. Na figura 7 é uma das mudas vigorosas pronta para o transplântio.

Figura 7. Muda de Ora-pro-nóbis pronta para transplântio



Fonte: Autores.

Manutenção de mudas

As estacas recebiam irrigação a cada três dias, mantendo o substrato úmido evitando possível estresse hídrico que poderia ocasionar o retardamento do enraizamento e brotação da muda.

A retirada de plantas daninhas nas embalagens era feita sempre que era constatada, não possibilitando a competição de nutrientes da planta invasora com a estaca de ora-pro-nóbis.

Encontro com a comunidade

Foram realizadas oficinas para a comunidade que se interessou em conhecer um pouco mais sobre a Ora-pro-nóbis, plantio e suas utilizações na alimentação. Os encontros foram realizados numa fazenda na proximidade do IFTM e na agroindústria do IFTM.

Nessas reuniões, foi possível passar o conhecimento adquirido no projeto: como manusear a planta com espinhos, como fazer as estacas, tamanho das estacas quais folhas poderiam ser utilizadas, a hora do transplântio da muda para local permanente e doação das mudas já produzidas durante o projeto.

Figura 8- Reunião para mostra de Ora-pro-nóbis e feito de alimentos



Fonte: Autores.

Figura 9- Alimentos feitos na reunião utilizando a ora-pro-nóbis



Fonte: Autores.

Conclusão

O projeto proporcionou ampliação de conhecimento e utilização prática de uma planta comum no estado de Minas Gerais, que muitas vezes passa despercebida e pode ser utilizada em alimentos agregando alto valor nutricional. Através do trabalho

com a Ora-pro-nóbis, podemos perceber o quão simples é o manejo e manutenção da planta para elaboração de muitos pratos, passando esse conhecimento para pessoas que possuem o interesse em explorar ainda mais a fundo sobre essa planta, aprendendo a fazer mudas com estacas e recursos que possuem em casa.

REFERÊNCIAS

GLOBO RURAL. Como plantar ora-pro-nóbis. Disponível em <<https://revistagloborural.globo.com/vida-na-fazenda/como-plantar/noticia/2013/12/como-plantar-ora-pro-nobis.html>> . Acesso em 8 de novembro 2018.

GREEN ME. Ora-pro-nóbis: benefícios, cultivo e como usar. Disponível em:<<https://www.greenme.com.br/alimentar-se/vegetariano-e-vegano/6613-ora-pro-nobis-beneficios-propriedades>>. Acesso em 08 de novembro 2018.

ORA-PRO-NÓBIS.Ora-pro-nóbis: todos os tipos. Disponível em: <<http://www.matosdecomer.com.br/2015/12/ora-pro-nobis-outros-tipos.html>>. Acesso em 07 de novembro 2018.