

O USO DE PANC NA GASTRONOMIA:

produção de linguiça de ora-pro-nóbis

ALVES, Luciana Santos¹; FELICIANO, Yury Tom Keith Ferreira²; BESSA, Martha Eunice de³.

RESUMO

O emprego de plantas alimentícias não convencionais (PANC) na gastronomia resgata características culturais e permite o desenvolvimento de pratos inovadores na culinária. No Brasil, diversas PANC são consumidas de forma restrita; seu emprego pode ser diversificado agregando sabor, textura e cores criando pratos diferenciados. Essas plantas possuem nutrientes importantes, que agregam valor nutricional colaborando para uma dieta diversificada e saudável. O objetivo desse trabalho foi elaborar um produto alimentício utilizando uma planta PANC que foi o ora-pro-nóbis. As folhas, frutos, flores, caules e sementes podem ser utilizados produzindo óleos e farinhas constituindo os ingredientes principais, ou complementando de diferentes preparações culinárias. O trabalho apresenta um produto típico da culinária mineira: a linguiça, que foi elaborada com ora-pro-nóbis resultando em um sabor diferenciado agradável ao paladar.

Palavras-chave: Gastronomia. Ora-pro-nóbis. PANC. Linguiça.

1 INTRODUÇÃO

O estabelecimento das grandes produções agrícolas voltada para plantas e vegetais específicos tem gerado o desconhecimento ou o esquecimento sobre Plantas alimentícias não convencionais (PANC); que por vezes são usuais em determinados locais e pouco conhecidos entre outras regiões brasileiras. A insipiência tanto de seus atributos nutricionais quanto culinário acarretou no desuso e até mesmo na extinção da PANC, entretanto, tem sido ultimamente alvo da atenção de nutricionistas e da gastronomia como uma excelente opção como alimento e fonte de nutrientes, pois podem contribuir também com compostos bioativos com funcionalidade comprovada. O consumo das PANC é reduzido pela população em geral, entretanto, muitas apresentam alto valor

¹ Graduando(a) do Curso de Tecnologia em Gastronomia do Centro de Ensino Superior de Juiz de Fora – CES/JF. Endereço: Rua Euclides Pezarine, nº 215, Bloco L, Apt 501. Telefones: (32)98887-7126 (32)3214-0060. E-mail: lucianasantosjf@hotmail.com

² Coorientador.

³ Orientador.

nutritivo e potencial gastronômico agregando sabores diferenciados nas preparações (KELLEN et al., 2015).

A alimentação atual está voltada para os alimentos industrializados, sendo baixo o consumo de vegetais e hortaliças. Para a Organização para Alimentação e Agricultura das Nações Unidas (FAO, 2016), o desequilíbrio nutricional da população é reflexo de dietas e ingestão de alimentos pouco saudáveis. Espécies nativas como as PANC possuem um legado histórico e cultural sendo facilmente cultiváveis sustentáveis e saudáveis para a alimentação da população. Essas plantas possuem um enorme potencial para complementar a nutrição das pessoas, diversificarem cardápios e os pratos consumidos e, até mesmo, serem fontes de renda.

Dentre várias plantas PANC, foi escolhido o ora-pro-nóbis como referência para a pesquisa. Facilmente cultivável a carne de pobre, como é conhecida popularmente, é uma hortaliça não convencional com potencial de consumo na agricultura familiar de baixa renda e também na diversificação da produção agrícola (OLIVEIRA; NASCIMENTO, 2016).

Como elaborar um embutido, usando uma planta Panc?

O objetivo desse trabalho foi elaborar um produto alimentício utilizando uma planta PANC que foi o ora-pro-nóbis.

Este artigo encontra-se dividido em outras cinco partes, a primeira apresenta as Plantas Alimentícias Não Convencionais, a segunda parte traz estudos sobre a cultura das PANC no Brasil e seu emprego na gastronomia brasileira; e os atributos funcionais do escolhido para composição do prato. Na terceira parte são demonstrados materiais e métodos empregados no desenvolvimento do produto. Logo após, o texto expõe os resultados e a discussão da pesquisa desenvolvida finalizando com as perspectivas futuras e as conclusões obtidas.

2 PANC NO BRASIL

A grande maioria das PANC no Brasil é subespontânea (crescem de maneira espontânea sem que sejam plantadas) em áreas que sofreram intervenção do homem e até em áreas naturais de florestas, cerrados e campos podem ser extraídas quando disponíveis, para seu consumo próprio (OLIVEIRA; NASCIMENTO, 2016).

Cultivadas em algumas regiões do Brasil, as PANC tem sido difundidas a fim de estimular seu emprego na gastronomia brasileira. As folhas, os frutos, flores, caules, sementes podem ser empregadas além dos óleos extraídos, mucilagens e farinhas

provenientes de diferentes partes das plantas podem ser aproveitadas nas cozinhas como ingredientes principais ou complementando as preparações culinárias. Podemos destacar que 20% da biodiversidade da flora tem potencial alimentício, definindo esse tipo de plantas como aquelas que possuem uma ou mais partes ou produtos utilizados ou com potencial para a alimentação humana (PADILHA et al., 2016,2017).

No Brasil, diversas PANC são utilizadas para consumo alimentar de muitas famílias, sendo as mesmas consumidas *in natura*, refogadas, em formas de doces, salgados, dentre outros; porém é preciso explorar o potencial cultural e gastronômico sobre o uso destas plantas. Uma vez conhecido o seu uso e seu valor nutricional estimular seu emprego na cozinha agregando sabor, textura e cores às preparações são iniciativas que colaboram significativamente para o emprego crescente das PANC. A gastronomia pode contribuir significativamente para difusão do consumo e de receitas saborosas que empregam tais plantas (OLIVEIRA; NASCIMENTO, 2016).

2.1 ALGUMAS PANC E SUA UTILIZAÇÃO NA GASTRONOMIA

No preparo das PANC podem-se empregar todas as partes das plantas (frutos, folhas, flores, rizomas, sementes, etc.) desde que sejam comestíveis e que não traga prejuízo a saúde. Elas têm potencial para complementação alimentar, diversificação dos cardápios e dos nutrientes ingeridos e na diversificação das fontes de renda familiar, como a venda de partes das plantas ou de produtos processados (geleias, pães, farinha, etc.) incrementando festivais alavancando o turismo, rural ou gastronômico (RIBEIRO et al., 2015).

De acordo com Ribeiro et al. (2015), as plantas como a 'Beldroega' nativa da Índia, onde empregam os talos e folhas, sendo consumida em saladas cruas, sucos, sopas e caldos. A Capiçoba nativa do México apresenta um sabor levemente amargo é consumida pelas populações que a conhecem como a couve, podendo ser acompanhada com o angu.

2.1.1 Ora-pro-nóbis

O ora-pro-nóbis é originário das Américas, sendo nativa desde a Flórida até o Brasil é encontrada principalmente na região sudeste. Possui muitas vitaminas como vitamina A, vitamina B9 e vitamina C, além de ser rica em cálcio, magnésio, triptofano, zinco, fibras e alto teor proteico, suas folhas tem forma elíptica e simétrica, com cerca de

sete cm de comprimento e três cm de largura. Seu pecíolo curto, agrupando-se de duas a seis folhas em ramos laterais, apresenta espinhos axilares, característica da sua família. Além disso, possui pequenas flores de coloração branca e frutos em pequenas bagas amarelas (RIBEIRO et al., 2015).

O ora-pro-nóbis é uma planta de facilidade de cultivo e se propaga rapidamente, baixa incidência de doenças, baixa demanda hídrica, é uma hortaliça de baixo custo e seu cultivo normalmente é doméstico, a sua colheita deve ser feita de 2 a 3 meses após o seu plantio (ROMANO et al., 2017).

De acordo com Romano et al. (2017), o ora-pro-nóbis, nome científico *Pereskia aculeata* também conhecido como lobrobó, guaiapá, cereja-de-barbados, trepadeira-lima, carne de pobre e demais nomes, pertencente à família das Cactáceas devido ao seu rico conteúdo proteico e rico em fibras, ferro e cálcio e é considerado um complemento nutricional. Suas folhas são comestíveis e suculentas onde podem ser usadas em várias preparações, dentre elas as saladas, refogados, farinhas, tortas, massas alimentícias, sucos, geleias, licores e também medicamento fitoterápico popular.

No município de Sabará, esta planta é bastante conhecida e usada na culinária, existindo, inclusive, um evento turístico com o seu nome, o Festival do Ora-pro-nóbis, onde reúne a comunidade e movimenta a economia regional (NETTO, 2014).

De acordo com Netto (2014), a história do festival do ora-pro-nóbis em Sabará-MG surgiu através de uma senhora chamada Dona Maria Torres, moradora de Pompéu, Sabará, onde certo dia recebeu uma visita inusitada de um cidadão Argentino de nome Hernandez acompanhado de sua família, pediram a dona Maria que preparasse um almoço a eles. Após o almoço agradeceram e elogiaram a comida e passaram a frequentar a casa de dona Maria, viraram amigos e resolveram ter criações de marrecos juntos, mas Hernandez abandonou a fazenda com os marrecos e dona Maria teve que partir pra cidade para venda desses marrecos que eram muitos. Onde ela teve um convite para instalar uma barraca de comida na Praça de Sabará, durante o 1º festival de cachaça de Sabará. Dona Maria teve a ideia de fazer ora-pro-nóbis com marreco, que tinha em grande quantidade em seu sítio. A festa durou três dias e foi um sucesso de vendas o prato de Dona Maria. Ao passar dos anos Dona Maria foi ficando sem marrecos para o festival, onde substituiu por frangos, que também foi um grande sucesso. Nos próximos festivais o ora-pro-nóbis passou a ser um prato obrigatório no festival. Foram surgindo vários restaurantes em Sabará que utilizassem o ora-pro-nóbis como ingrediente principal, onde era procurado por muitas famílias aos finais de semana. A fama foi tanta,

que então o prefeito de Sabará convidou Dona Maria Torres para ser parceira na criação do festival de ora-pro-nóbis de Sabará, onde existe até atualidade.

A figura 1 mostra as características das folhas e abundâncias da distribuição da planta o que facilita seu cultivo.

FIGURA 1 - Ora-pro-nóbis pronta para ser colhida.



Fonte: O autor.

3 LINGUIÇA

A linguiça surgiu em Minas Gerais trazida pelos portugueses, seu preparo favorecia a conservação da carne suína, evitando os prejuízos decorrentes das grandes navegações que percorriam grandes distâncias por longos períodos eram feitas as linguiças, que usavam as próprias tripas dos animais para embutir as carnes. Estas eram fervidas e tinham uma durabilidade bem maior que as carnes frescas pelo cozimento empregado. Os mineiros desde então aprimoraram a técnica tornando o prato uma tradição a elaboração da linguiça, sendo muito consumida e tornando-se um produto típico da região (CAPELETTO et al., 2011).

3.1 CARNE SUÍNA E SUAS PROPRIEDADES

A carne suína é a proteína animal mais consumido no mundo, classificada como carne vermelha, é composta por tecidos musculares, anexos e tecido conjuntivo em pequena quantidade. A carne é rica em proteína de alto valor biológico, apresenta aminoácidos essenciais com a leucina, lisina e valina; vitaminas do complexo B, minerais,

ferro e selênio, sendo benéfica para nutrição e para manutenção da saúde humana. O valor calórico depende da localização e da parte de carne extraída da carcaça do animal (VENTURINI et al., 2007).

De acordo com Venturini et al., 2007, a carne suína consiste em 72% de água, 7% gordura, 20% proteínas, 1% de minerais e menos de 1% de carboidratos, sua gordura fica separada da carne, localizada embaixo da pele, sendo facilmente removível; ponto positivo da utilização somente da carne suína, onde reduz o valor calórico e lipídico da carne.

4 MATERIAL E MÉTODOS

A metodologia utilizada para o desenvolvimento do presente trabalho foi classificada, segundo Vergara 2011, em experimental e de levantamento de pesquisa bibliográfica em que foram utilizadas as bases de dados online: Scielo e Google Acadêmico. Experimentalmente foi realizada uma avaliação das PANC, por agricultor, o Sr. Jorge Alves, 62 anos, que conta com 50 anos de experiência, e detém conhecimento prático das plantas nativas presentes na região da Vila Almeida, bairro situado na cidade de Juiz de Fora – MG; para identificar as Plantas Alimentícias não Convencionais naturais da localidade.

Foram também efetuadas visitas à feira livre da Av. Brasil, situada na cidade, onde os feirantes comercializam diversos produtos inclusive algumas espécies de PANC.

O desenvolvimento do produto foi efetuado nas cozinhas didáticas do Centro Gastronômico do CES/JF, onde foram realizados os testes para a otimização do produto e a elaboração de uma receita de linguiça em invólucro natural (tripas suínas e de carneiro), acompanhada de vinagrete de frutas e farofa, na qual os principais ingredientes foram o Ora-pronó-bis e a carne suína.

Quanto aos equipamentos e utensílios utilizados, entre eles estão o forno combinado marca Prática, modelo EC-3, frigideiras antiaderentes, panelas de inox fundo triplo, papel laminado, cubas de inox (GN), tigelas de inox, bandejas de polietileno, faca tipo chef, faca de desossa, faca de legumes, placa de corte de polietileno, máquina de moer carne nº 10 marca Malta, funil para encher linguiça compatível com a máquina, moedor de pimenta, barbante e colheres.

Os quadros 1, 2 e 3 abaixo apresentam as fichas técnicas do prato proposto neste trabalho: uma linguiça de ora-pro-nóbis acompanhada de vinagrete de frutas e farofa de alho.

QUADRO 1 - Ficha técnica: linguiça de ora-pro-nóbis

PRATO:	Linguiça de ora-pro-nóbis		
Categoria:	Prato principal	Rendimento:	4 porções
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Lombo suíno	500	g	
Ora-pro-nóbis	50	g	
Toucinho suíno	150	g	
Sal	14	g	
Alho	10	g	
Azeite	30	mL	
Tripa	90	cm	
Zimbro	4	g	
MODO DE PREPARO:			
<p>Modo de preparo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Resfriar o lombo suíno no freezer, até atingir a temperatura de 1°C. 2. Dessalgar as tripas em água corrente, deixando de molho por mais 30 minutos. 3. Picar os alhos em cubos bem pequenos de 1mm de lado, e reservar. 4. Cortar o lombo em bifés de 1cm de altura, temperar com o sal e o alho, e depois cortar em cubos de 1cm de lado, e reservar. 5. Cortar o toucinho em cubos do mesmo tamanho que o lombo, reservar. 6. Higienizar e secar as folhas de ora-pro-nóbis, e cortar em tiras de 2 mm de largura e 2 cm de comprimento. 7. Misturar o lombo, o ora-pro-nóbis e o toucinho, até obter uma distribuição homogênea, acrescentar o sal, zimbro e o alho. 8. Encher a linguiça com um funil próprio acoplado na máquina de moer carne, amarrando a ponta da tripa e dividindo as porções (gomos da linguiça) com barbante. 9. Cozinhar a linguiça em água fervente 5 minutos, retirar e reservar. 10. Besuntar a linguiça com azeite de oliva, e dourar numa frigideira pré-aquecida a 180 C°. 11. Manter a linguiça aquecida até a montagem final do prato. 			

Fonte: O autor.

O quadro 2 mostra a ficha técnica do acompanhamento de um vinagrete de frutas.

QUADRO 2 - Ficha técnica: vinagrete de fruta

PRATO:	Vinagrete de fruta		
Categoria:	Prato principal	Rendimento:	4 porções
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Maça verde	170	g	
Pimentão vermelho	50	g	
Pimentão amarelo	50	g	
Cebola roxa	50	g	
Limão	10	mL	
Sal	4	g	
Azeite	10	mL	
MODO DE PREPARO:			
<ol style="list-style-type: none"> 1- Higienizar a maçã, os pimentões e a cebola, reservar. 2- Descascar a cebola, cortar em fatias finas e transparentes, e deixar num recipiente com água gelada por 15 minutos. 3- Cortar os pimentões e a maçã em cubos de 0,5 cm de lado, e reservar. 4- Misturar todos os ingredientes, espremer o limão, acrescentar o sal e o azeite. 			

Fonte: O autor.

Conforme o quadro 3, o acompanhamento da ficha técnica de farofa de alho.

QUADRO 3 - Ficha técnica: farofa de alho

PRATO:	Farofa de alho		
Categoria:	Prato principal	Rendimento:	4 porções
INGREDIENTE	QUANTIDADE	UNIDADE	OBSERVAÇÕES
Farinha de mandioca biju	100	g	
Biscoito salgado com grãos (Salpet)	100	g	
Alho	40	g	
Cebola	100	g	
Manteiga	20	g	
Azeite	10	mL	
Sal	6	g	
MODO DE PREPARO:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cortar o alho em cubos de 1mm de lado 2. Refogar o alho numa frigideira preaquecida, com o azeite, deixar fritar em fogo baixo, reservar. 3. Triturar o biscoito e reservar. 4. Cortar a cebola em fatias finas e transparentes, reservar. 5. Derreter a manteiga numa frigideira, colocar a cebola e deixar dourar, acrescentar o alho já frito o biscoito triturado, a farinha de mandioca biju e o sal, misturando bem. 			

Fonte: O autor.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O produto elaborado foi uma linguiça, de carne suína com combinação com o “ora-pro-nóbis” empregando conhecimentos gastronômicos buscando difundir o consumo de plantas que são pouco utilizadas. No desenvolvimento do presente trabalho foram realizados três testes:

No primeiro teste foi elaborada uma linguiça com 50% de ora-pro-nóbis comparada à carne suína, com isso a linguiça não obteve liga, e, além disso, estourou, por ser uma linguiça fresca e com muita umidade, sendo que a tripa não suportou a expansão dos vapores formados na alta temperatura da cocção. A farofa ficou muito torrada, principalmente o alho, o que a deixou muito amarga. No vinagrete houve a predominância da cebola, que tinha sido cortada em fatias muito grossas, e não tinha sido submetida à água gelada, diminuindo o sabor dos demais insumos.

A proporção de ora-pro-nóbis foi considerada excessiva, já que a predominância do vegetal foi grande sobre a carne, e a textura apresentava muita viscosidade, característica típica do ora-pro-nóbis, mas que em excesso não agradou a maioria das pessoas que provaram.

Conclusão do primeiro teste foi decidido reduzir a proporção de ora-pro-nóbis na linguiça e reduzir a sua temperatura de cocção. Observou-se que também deveria ser reduzido o tempo de cocção dos ingredientes da farofa, e cortar a cebola do vinagrete em fatias mais finas a ponto de ficarem transparentes, além de submetê-la a imersão em água gelada, para retirar o excesso do sumo picante, e possibilitar crocância.

No segundo teste foi elaborada uma linguiça com 30% de ora-pro-nóbis comparada à carne suína, que foi assada a 180 °C por 40 minutos, o que a deixou muito ressecada. Desta vez a farofa teve o tempo de cocção muito reduzido, o resultou numa cor pálida, sem crocância. A cebola roxa foi substituída pela branca, o que não resultou em um vinagrete com as características idealizadas. O empratamento não teve harmonia com a louça branca usada, e para o próximo teste, foi planejada nova redução da proporção de ora-pro-nóbis, o uso da cebola roxa novamente, e a cocção mais criteriosa da farofa.

A figura 2 mostra o prato montado com a linguiça de ora-pro-nóbis, a farofa e o vinagrete do segundo teste.

FIGURA 2 – Linguiça de ora-pro-nóbis, farofa e vinagrete.



Fonte: Arquivo pessoal.

No terceiro teste foi elaborada a linguiça com 10% de ora-pro-nóbis em relação à carne suína, o método de cocção foi cozimento em água quente por 5 minutos, e após douramento em pouco azeite, tendo-se obtido um resultado satisfatório, com uma linguiça suculenta, com textura agradável, saborosa e de coloração atrativa.

Foi aumentado o tempo de cocção da farofa, o que contribui para uma cor ideal, boa crocância e sabor. A cebola utilizada foi à roxa, cortada em fatias transparentes e imersa em água gelada por 15 minutos, antes de ser misturada aos demais insumos, o que resultou em crocância e um sabor suave, obtendo-se um vinagrete com as características idealizadas.

A figura 3 mostra o prato finalizado, chegando ao resultado idealizado.

FIGURA 3 - Empratamento finalizado.

Fonte: Arquivo pessoal.

Foi proposto um empratamento com características rústicas, repousando a linguiça em folhas de ora-pro-nóbis frescas, sobre uma tábua de madeira devidamente higienizada, e quanto aos acompanhamentos, foram colocados em recipientes separados, para evitar que caiam no transporte da cozinha até a mesa, e possam ser facilmente consumidos direto nas canecas, ou levadas a um prato em separado.

6 CONCLUSÃO

A realização desse trabalho mostrou que é possível inserir as PANC em produtos tradicionais e com isso agregar sabores diferenciados ao prato preparado. Foi possível demonstrar também que a gastronomia pode contribuir de forma efetiva na divulgação de plantas que pertencem à biodiversidade brasileira, diversificando o cardápio e agregando valor nutricional nos alimentos e elaborando produtos acessíveis e de baixo custo.

ABSTRACT

The use of plants unconventional in the gastronomy, it recovers cultural characteristics and allows the development of innovative dishes in the cuisine. In Brazil, several PANC (initials in portuguese for Unconventional Food Plants) are consumed in a restricted way; its use can be diversified by adding flavor, texture and color, creating differentiated preparations. The objective of this work was to elaborate a food product using a PANC named ora-pro-nóbis. Leaves, fruits, flowers, plant stems and seeds can be produced in

oils, mucilages and flours constituting the main ingredients, or complementing of different culinary preparations. The work presents a typical product of the local cuisine: a sausage, which was elaborated with a plant named *ora-pro-nóbis*, resulting in a flavor differentiated and nice to the palate.

Keywords: Gastronomy. Ora-pro-nóbis. PANC. Sausage.

REFERÊNCIAS

CAPELETTO, Elysane et al. **Desenvolvimento de linguiça toscana com queijo**. 2011.56 f. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Medianeira, 2011. Disponível em: <<http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/handle/1/475>>. Acesso em: 16 out.2018.

KELEN, Marília Elisa Becker et al. **Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC): hortaliças espontâneas e nativas**. 1. ed. Porto Alegre: UFRGS, 2015. Disponível em: <<https://www.ufrgs.br/viveiroscomunitarios/wp-content/uploads/2015/11/Cartilha-15.11-online.pdf>> Acesso em: 08 out. 2018.

NETTO, Marcos Mergarejo: Ora-pro-nóbis em Pompeu: Gastronomia na serra de Sabará/MG. **Geograficidade**, Belo Horizonte, v.4, Número Especial, p.36-46, 2014. Disponível em: <<http://periodicos.uff.br/geograficidade/article/view/12909/pdf>> Acesso em: 08 out. 2018.

OLIVEIRA, Viviane Florippes Gomes de; NASCIMENTO, Roberta Soares do. Plantas alimentícias não convencionais usadas na gastronomia. **Revista de produção Acadêmica científica**, Manaus, v. 3, n. 2, p. 6-15, 2016. Disponível em: <<ftp://revista.ciesa.br/R5/TSG01.pdf>> Acesso em: 23 set. 2018.

PADILHA, Maria do Rosário de Fátima et al. **Plantas alimentícias não convencionais (Panc): uma alternativa para a gastronomia Pernambucana**. Anais da Academia Pernambucana de ciência Agrônômica, Recife, v. 13-14, p. 266-278, 2016/2017. Disponível em: <<http://www.journals.ufrpe.br/index.php/apca/article/view/1909>>. Acesso em: 01 out. 2018.

RIBEIRO, Patrícia dos Anjos et al.; 2015: Ora-pro-nóbis: Cultivo e uso como alimento humano. Uberlândia, **Revista verde**, v. 10, n. 3, p. 1-5, 2015. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/281994591_Ora-pro-nobis_em_uso_alimentar_humano_percepcao_sensorial>. Acesso em: 04 set. 2018.

ROMANO, Beatriz Coimbra et al. **Desenvolvimento de bala de ora-pro-nóbis: uma alternativa para o consumo de nutrientes**. **Linguagem Acadêmica: Dossiê nutrição**,

revista científica do Claretiano, Batatais, v. 7, n. 5, p. 57-66, 2017. Disponível em: <<https://biblioteca.claretiano.edu.br/pergamum/biblioteca/>>. Acesso em: 2 ago. 2018.

VENTURINI, Katiani Silva et al. **Características da carne suína** 2007 . 7p. Programa Institucional de Extensão - Universidade Federal do Espírito Santo Vitória 2007. Disponível em: <http://www.agais.com/telomc/b00907_caracteristicas_carnesuina.pdf> Acesso em: 06 set. 2018.