

Projetos

Tecnologias para a produção sustentável de flores, hortaliças e plantas medicinais em Minas Gerais - PPE-00040-21.

Desenvolvimento de resinas comestíveis a partir de biopolímeros e pigmentos naturais de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) para aplicação em queijos artesanais - APQ 01794- 25.

Folder. PANC na prática - Capuchinha. 2026

Autores

Vinícius Tadeu da Veiga Correia
Maria Isabela Campos Moreira
Sara Nascimento Netto
Izabel Cristina dos Santos
Cláudio Egon Faccion

Produção

Departamento de Informação Tecnológica
Fabriciano Chaves Amaral
Divisão de Produção Editorial
Ângela Batista P. Carvalho

Revisão

Rosely A. Ribeiro Battista Pereira
Maria Luiza Almeida Dias Trotta

Projeto gráfico e diagramação
Ângela Batista P. Carvalho

Colaboração

Maria Isabela Campos Moreira

Fotos

Izabel Cristina dos Santos
Sara Nascimento Netto
Maria Isabela Campos Moreira

Apoio




Empresa de Pesquisa Agropecuária de Minas Gerais
Secretaria de Estado de Agricultura, Pecuária e Abastecimento
Governo de Minas Gerais

EPAMIG Sul

Campo Experimental Risoleta Neves

Av. Visconde do Rio Preto, s/nº - Campus da UFSJ (CTAN) - São João del-Rei, MG
CEP 36301-360 - (32) 3379-4983
cern@epamig.br

 www.epamig.br | livrariaepamig.com.br

EPAMIG
Pesquisa Agropecuária

PANC na prática

Capuchinha



Distribuição gratuita

EPAMIG/DPIT/JUNHO/2026

Capuchinha



Tropaeolum majus L.

A capuchinha é uma Planta Alimentícia Não Convencional (PANC), conhecida por suas flores de cores vibrantes e sabor levemente picante, semelhante ao do agrião. Toda a parte aérea da planta pode ser consumida, incluindo folhas, flores, caules e frutos.

Além de embelezar pratos e saladas, a capuchinha possui importante valor nutricional. Suas flores são ricas em vitamina C, carotenoides, flavonoides e minerais, destacando-se também pela presença de luteína e zeaxantina, compostos importantes na prevenção de doenças oculares.



VOCÊ SABIA?

Os frutos verdes da capuchinha podem ser conservados e utilizados como substitutos das alcaparras.



Capuchinha



Flor de capuchinha



Flor de capuchinha



Risoto de capuchinha



Salada de capuchinha

Geleia de capuchinha com pimenta-biquinho e abacaxi

Ingredientes:

- 30 g de pimenta-biquinho sem semente
- 300 g de abacaxi picado em cubos pequenos
- 30 g de flores e/ou folhas de capuchinha higienizadas
- 150 g de açúcar

Modo de preparo:

Lave delicadamente as flores de capuchinha com água e coloque-as de cabeça para baixo para escorrer. Corte as pimentas-biquinho ao meio e retire a maior parte das sementes. Leve ao fogo 3/4 do abacaxi juntamente com o açúcar e cozinhe por aproximadamente 10 minutos, até iniciar a concentração da mistura; transfira para o liquidificador e bata para obter uma mistura homogênea. Retorne a mistura à panela e adicione o restante do abacaxi reservado, as pimentas-biquinho e a capuchinha picada. Cozinhe em fogo médio, mexendo ocasionalmente, até que a mistura reduza e adquira consistência de geleia.

