

FRUTOS COMESTÍVEIS DO CERRADO

33 frutos

EDUCAÇÃO AMBIENTAL



Abacaxi-do-cerrado
Ananas spp

São consumidos *in natura* ou processados de várias formas semelhantes ao abacaxi comum.



Pinha silvestre
Annona cornifolia

Os araticuns e as pinhas são consumidos *in natura* ou usados no preparo de doces típicos.



Araticum-do-cerrado ou marolo
Annona crassiflora



Cajuzinho-do-cerrado
Anacardium humile

O pseudofruto contém grande quantidade de suco, e a castanha torrada também é comestível, assim como o caju do nordeste.



Cajueiro
Anacardium occidentale



Maracujá-do-cerrado
Passiflora spp

De sabor ácido, é muito apreciado *in natura*, sucos e sobremesas.



Pequi
Caryocar brasiliense

Caroços de cor, sabor e aroma muito marcantes. É preparado com arroz ou frango caipira.



Guabiroba
Campomanesia adamantium

São consumidos *in natura* e muito apreciados pelo sabor.



Araçá
Psidium spp

Existem muitos tipos de araçás, consumidos *in natura*, sorvetes ou na forma de geléias.



Pitanga-do-cerrado
Eugenia spp

Polpa macia e adocicada, é consumida *in natura* ou na forma de geléias.



Cagaita
Eugenia dysenterica

Muito conhecida, consumida *in natura* verde ou madura, pode também ser processada de diversas formas como sorvetes e sucos.



Curriola ou Grão-de-galo
Pouteria spp

Consumida *in natura* possui sabor adocicado, possui pouca polpa e grandes sementes.



Murici
Byrsonima spp

Há muitos tipos de murici. Eles são apreciados *in natura* ou na forma de suco e sorvete.



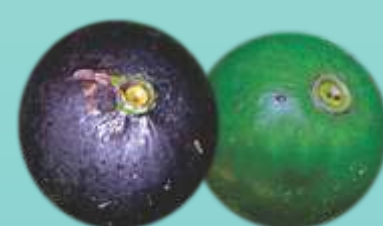
Mangaba
Hancornia speciosa

São consumidas *in natura* ou na forma de sucos quando estão bem maduras. Dela também pode-se fazer um creme tipo mousse.



Bacupari
Salacia crassifolia

Consumidos *in natura* são muito apreciados pelo sabor adocicado.



Marmelada-de-Cachorro
Alibertia edulis

Os frutos são consumidos na sua forma natural, possuindo sabor forte e muito doce.



Sangue-de-cristo
Sabicea brasiliensis

Fruto pequeno e doce, consumido normalmente *in natura*.



Jenipapo-de-cavalo
Tocoyena formosa

Da sua polpa macia são feitos doces e geléias, apesar de não ser muito popular.



Mama-cadela
Brosimum gaudichaudii

Pouco conhecida, é apenas consumida *in natura*, sendo bem apreciada.



Baru
Dipteryx alata

Sua polpa é consumida *in natura* ou na forma de doces, e a amêndoa torrada pode ser processada de várias maneiras.



Pêra-do-cerrado
Eugenia klotzschiana

Pouco conhecida, seu fruto carnudo é consumido *in natura* ou em compotas.



Jatobá-do-cerrado
Hymenaea stigonocarpa

A polpa é transformada em farinha para confecção de bolos, pães e mingaus.



Ingá
Inga alba

A cobertura carnuda das sementes dos ingás é bem adocicada, mesmo não tendo muita polpa, é muito apreciado.



Ingá
Inga cylindrica



Ingá-de-metro
Inga edulis



Chichá
Sterculia spp

As castanhas são consumidas cruas ou torradas.



Macaúba
Acrocomia aculeata

Come-se a amêndoa ou extrai-se o óleo do fruto.



Babaçu
Orbignya phalerata

Come-se a amêndoa ou extrai-se o óleo. Da parte clara da casca (endocarpo) pode ser extraída a farinha de babaçu.



Buriti
Mauritia flexuosa

Para fazer o *vinho de buriti*, deixe o fruto de molho em água para que ele solte a polpa. Logo em seguida, bata com água.



Jerivá
Syagrus romanzoffiana

É consumida *in natura* tanto a parte externa quanto a amêndoa.



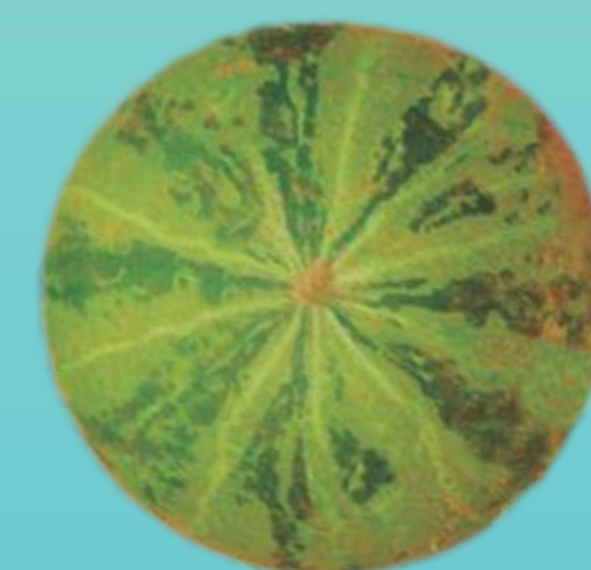
Juçara ou Açaí-do-cerrado
Euterpe edulis

Possui os mesmos usos do açaí tradicional amazônico, sendo também preparados com eles bebidas e sorvetes.



Lobeira
Solanum lycocarpum

Pouca conhecida na culinária, mas de sua polpa são feitos doces e geléias.



Melancia-do-cerrado
Melacium campestre

Consumida *in natura* ou na forma de suco.

