



Olericultura

Prof Miguel



Cenoura

*(Daucus carota)*



## Benefícios da Cenoura:

Betacaroteno => Vitamina A

Fibras

Antioxidantes

Vitaminas

Minerais





Fonte: <http://snaplant.com/wp-content/uploads/2016/05/carrots-1.jpg>





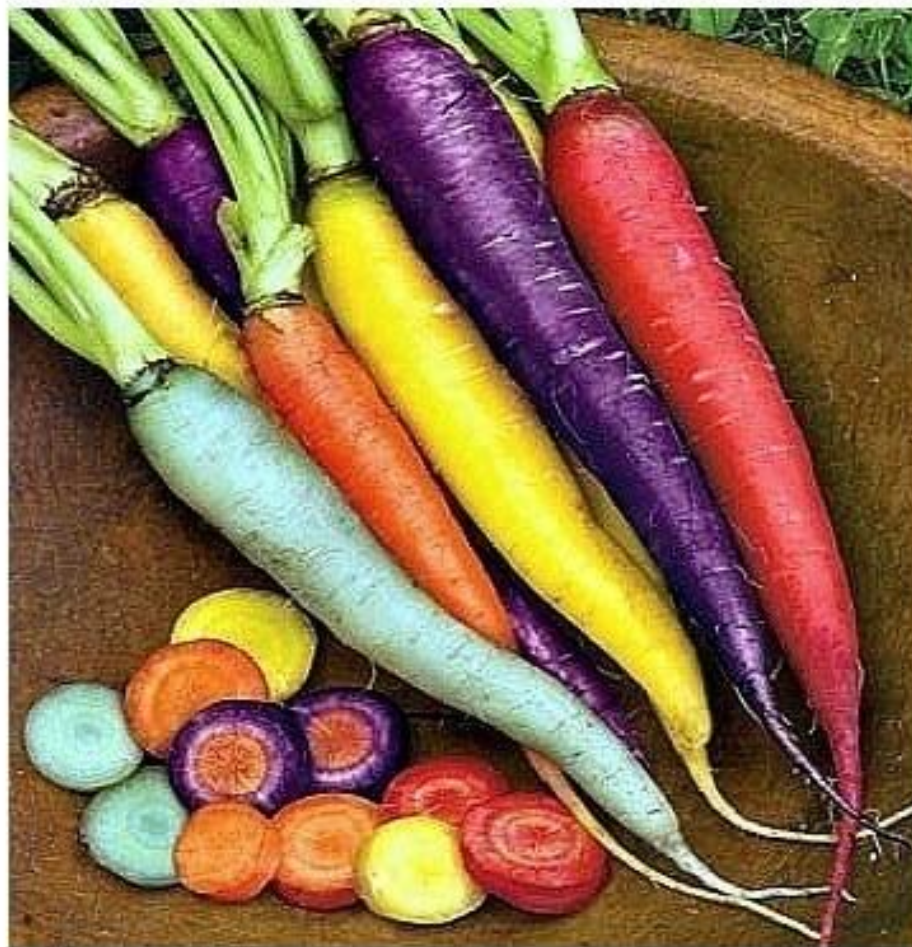
Fonte:

Stephen Ausmus


[https://pt.wikipedia.org/wiki/Cenoura#/media/Ficheiro:Carrots\\_of\\_many\\_colors.jpg](https://pt.wikipedia.org/wiki/Cenoura#/media/Ficheiro:Carrots_of_many_colors.jpg)

Em Domínio Público






**Fonte:** [https://http2.mlstatic.com/1200-sementes-das-cenouras-coloridas-arco-iris-original-D\\_NQ\\_NP\\_388211-MLB20504598215\\_122015-F.jpg](https://http2.mlstatic.com/1200-sementes-das-cenouras-coloridas-arco-iris-original-D_NQ_NP_388211-MLB20504598215_122015-F.jpg)



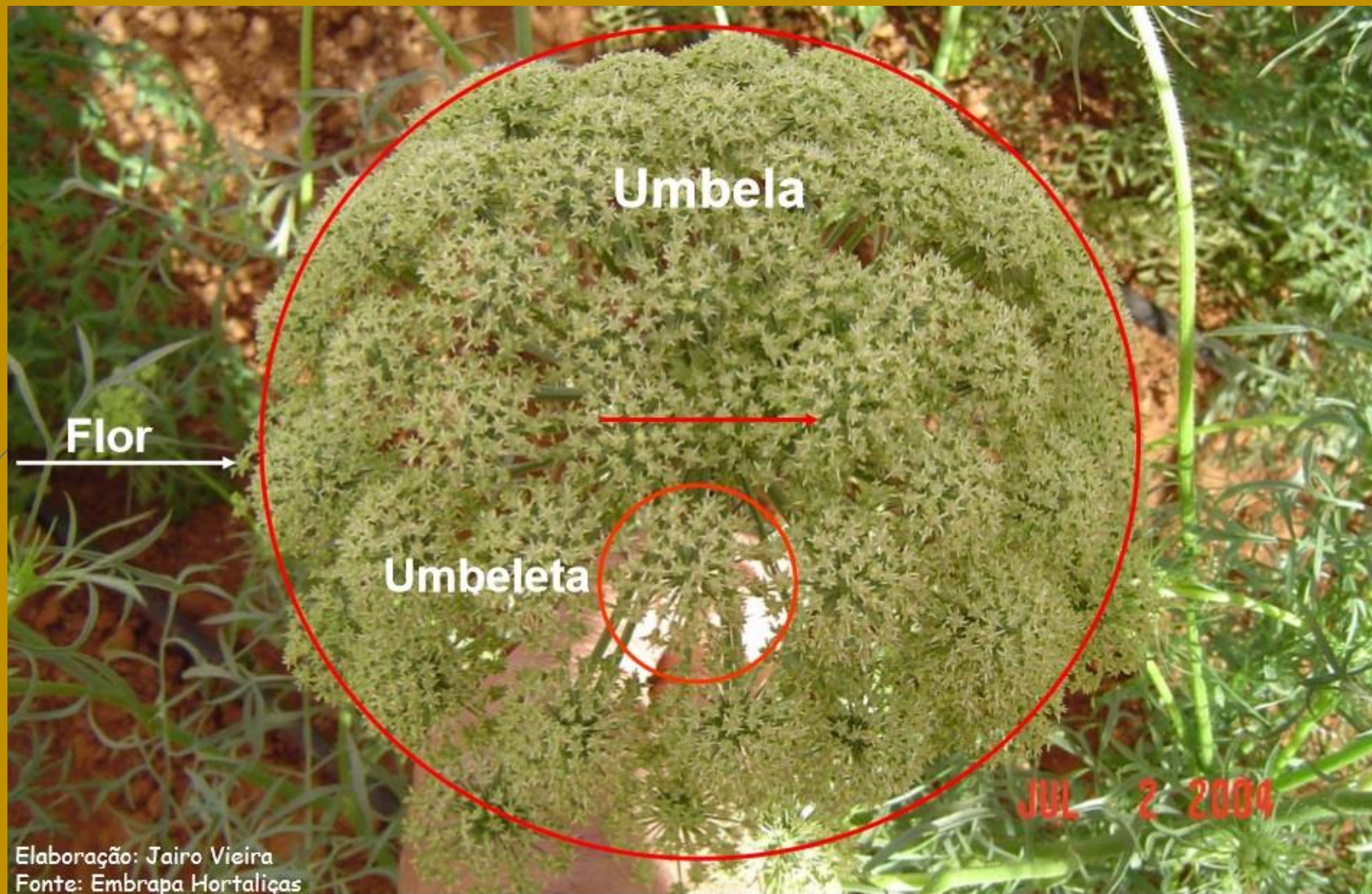
Cor da raiz	Origem	Pigmento	Benefício à saúde
Laranja	Europa (Holanda)	Beta-caroteno	Vitamina A Boa visão
Vermelha	Índia e China	Licopeno	Prevenir câncer
Amarela	Afeganistão e Mediterrâneo	Xantofila	Boa visão e prevenir câncer
Púrpura	Afeganistão e Turquia	Beta-caroteno e antocianina	Prevenir câncer e antioxidante
Branca	Afeganistão, Irã e Paquistão	Nenhum	Nenhum



- 
- A cenoura é rica em fibras
  - Caroteno: precursor da Vitamina A
  - O consumo de cenoura provê mais de 80% das necessidades de vitamina A em todo o mundo
  - Antocianina: raiz laranja => raiz púrpura







Elaboração: Jairo Vieira  
Fonte: Embrapa Hortaliças

# Sementes nuas

**Fonte:** <https://pria.com.br/oleo-essencial-de-semente-de-cenoura-conheca-o-secreto-anticoncepcional-feminino-usado-na-antiguidade-que-aumenta-tambem-a-libido/>





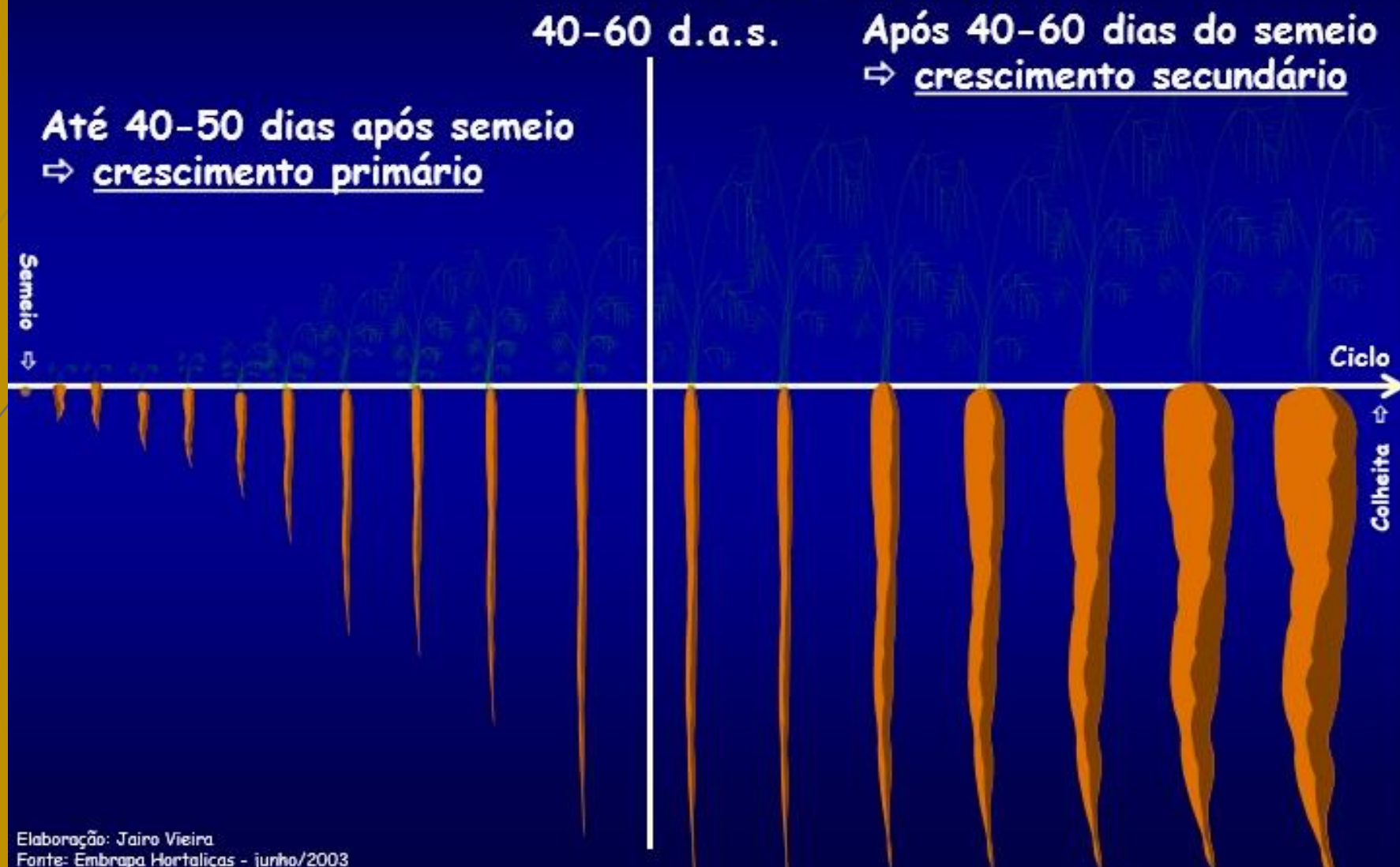






# Tipos de crescimento da raiz

## Primário & Secundário










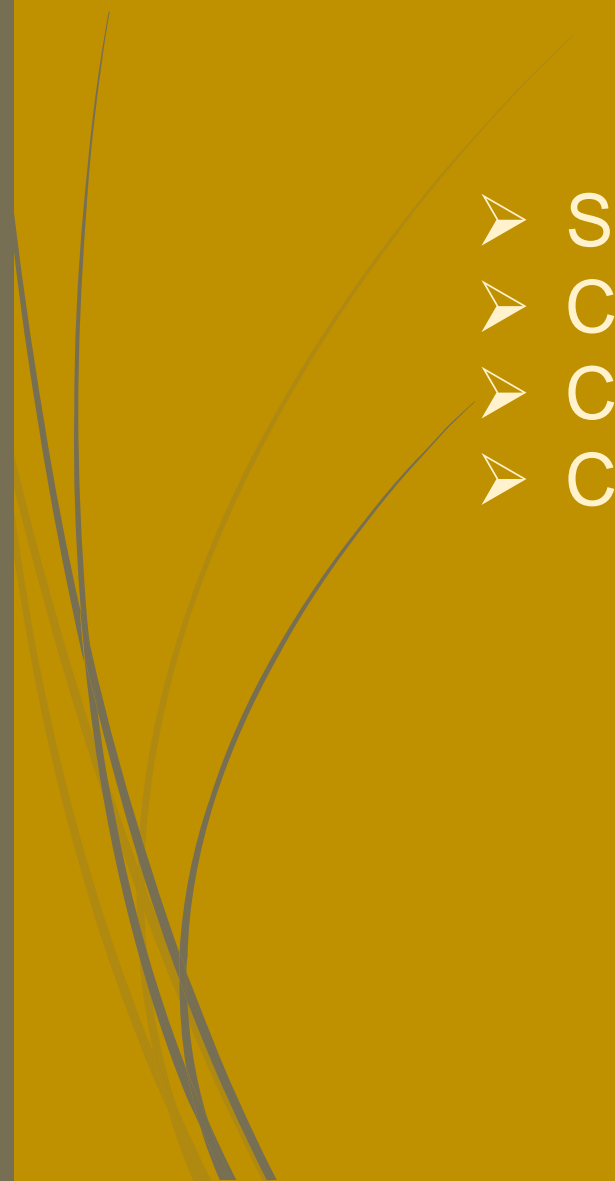




	Temperatura °C
Temp. letal mínima	-3 (folhas); -5 (raiz)
Germinação	
Mínima	2,3 - 7
Ótima	20 - 25
Máxima	30 - 35
Crescimento da raiz	16-21
Vegetação	
Mínima	6
Ótima	15 - 21
Máxima	30 - 35

- 
- Solos profundos, soltos, friáveis, leves, de textura média
  - Solos com boa umidade, mas bem drenados
  - Solos argilosos: raízes deformadas e podridões
  - Evitar solos pedregosos
  - Reduzida tolerância à salinidade ( $1,0 \text{ dS m}^{-1}$ )



- 
- Semeadura: 3 a 5 mm de profundidade
  - Ciclo: 90 e 130 dias
  - Colheita mecânica ou manual
  - Comercialização: raiz ou raiz com folhas



**Plantio com máquina de precisão**























