

COLÉGIO ESTADUAL PADRE ANTÔNIO VIEIRA

ALUNA: MARIANA ELOISA SEREJA 3B

TRABALHO DE PROGRAMAÇÃO

INTRODUÇÃO:

A casca da melancia a maioria das vezes é descartada, pois para muitas pessoas ela não tem serventia mas o que muitos não sabem é que a casca da melancia é rica em vitaminas A,B6,C e também é rica em citrulina. Neste trabalho te ensinarei a fazer um delicioso doce da casca da melancia.

CONTEÚDO:

1.ALGUNS BENEFÍCIOS DA CASCA DA MELANCIA

- A casca da fruta ajuda a eliminar o excesso de água no organismo e isso ajuda a normalizar a pressão arterial.
- Ela também desintoxica o trato urinário e ajuda a evitar infecção.
- Além de ajudar no exercício físico, a citrulina é um ótimo afrodisíaco

2.PREPARO DO DOCE DA CASCA DA MELANCIA

Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de casca de melancia
- 1^{1/2} de xícara (chá) de açúcar
- 1/4 de xícara (chá) de água
- 6 unidades de cravo

Modo de preparo:

- 1.Retire a casca verde da melancia, para utilizar apenas a polpa branca.
 - 2.Corte em cubos e reserve.
 - 3.Faça uma calda com o açúcar, a água e os cravos.
 - 4.Acrescente a casca da melancia e deixe cozinhar até apurar.
- Dica: Com a polpa da melancia, faça um delicioso suco.

3.METODOLOGIA:

- Objetivo: ensinar e mostram uma nova maneira de reaproveitas a casca da melancia para fazer um fácil, delicioso e nutritivo doce.
- Procedimento: Foi utilizada uma abordagem experimental, na qual diferentes proporções de ingredientes foram testadas para determinar a melhor combinação para a receita do doce da casca da melancia.

4.CONCIDERAÇÕES:

- Com esse doce da casca da melancia diminui do desperdício de alimento, e também ajuda em nossa vida física e mental.
- É uma opção econômica e saudável, adicionando fibras e vários nutrientes extras em sua dieta.

CONCLUSÃO:

O reaproveitamento da casca da melancia em doce é uma pratica muito sustentável e super acessível a todos, aliada a

diminuição do desperdício dos alimentos Além de oferecer uma alternativa saborosa, esse processo valoriza ingredientes naturais e promove uma culinária consciente e nutritiva.

REFERÊNCIAS:

<https://alimentesebem.sesisp.org.br/arquivos/receita/doce-de-casca-de-melancia>

<https://fundacaosanepar.com.br/blog/5-beneficios-da-casca-de-melancia/#:~:text=A%20casca%20da%20fruta%20ajuda,e%20ajuda%20a%20evitar%20infec%C3%A7%C3%A3o.&text=Al%C3%A9m%20de%20ajuda%20no%20exerc%C3%ADcio,libido%20e%20da%20performance%20sexual>.